

IMPORTANCIA DEL CORRECTO LAVADO DE MANOS EN NUESTRA SALUD

Jaén, 26 de febrero del 2018

Sin que podamos notarlas las manos, al tener contacto con superficies contaminadas, pueden transportar por horas e incluso días virus, bacterias, hongos o parásitos que causan muchas enfermedades. Entre ellas las enfermedades diarreicas agudas (EDA) y las infecciones respiratorias agudas (IRA) cuyas complicaciones afectan sobre todo a niños menores de cinco años.

El Enf. Dwaigh León Sánchez, Director de Promoción de la Salud de la Disa Jaén informó que la mejor forma de prevenir estas enfermedades es con el lavado de manos.

“El lavado de manos con agua y jabón puede eliminar hasta un 80% estos microbios causantes de enfermedades, asimismo ayuda a reducir en casi 50% los casos de enfermedades diarreicas y casi en un 25% los casos de infecciones respiratorias”, sostuvo el profesional.

Recomendó además lavarse las manos con agua y jabón en momentos clave como antes de la lactancia materna, antes de comer, antes de manipular alimentos, antes y después de cambiar pañales, antes y después de atender familiares enfermos en casa, después de usar el baño, después de la limpieza de la casa.

Según el Minsa el lavado de manos también ayuda a prevenir infecciones cutáneas e infecciones a los ojos. Además, la realización de dicha práctica contribuye a contar o disponer de alimentos saludables o inocuos.

Esta práctica es una intervención en salud más costo efectiva contra las enfermedades sobre todo en lugares muy poblados y contaminados.

