



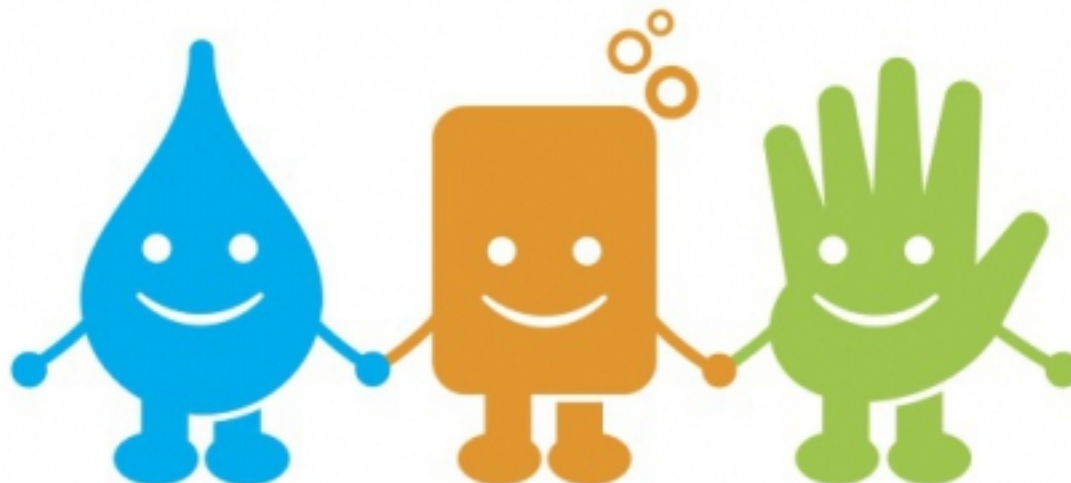
Lavarse las manos es un gesto cotidiano para la mayoría de las personas del mundo. Sin embargo, lavarse con agua y jabón no es tan frecuente: millones de personas utilizan únicamente agua para lavar sus manos, ya sea por costumbre o por no disponer de jabón.

No lavarse las manos o no usar jabón al hacerlo supone un riesgo de propagación de enfermedades infecciosas tanto en los países desarrollados como en los países en desarrollo, aunque sus consecuencias son mucho más graves en los países más pobres.

El lavado de manos con jabón es la forma más económica de prevenir las infecciones diarreicas y respiratorias agudas que minan la salud de millones de niños y niñas cada año. Estas dos enfermedades son responsables de la mayor parte de muertes de niños y niñas en el mundo. Sin embargo, el lavado de manos con jabón aún se practica muy poco y es difícil de promover, a pesar de su potencial para reducir el número de muertes.

El reto es lograr que el lavado de manos con agua y jabón sea un hábito automático practicado en los hogares, escuelas y comunidades alrededor del mundo. **Convertir el lavado de manos con agua y jabón en un hábito arraigado puede salvar más vidas que cualquier intervención**

médica, reduciendo las muertes por diarrea a casi la mitad, y las muertes por infecciones respiratorias en una cuarta parte.



El jabón puede disolver la grasa, limpiando suciedad que el agua por sí sola no puede arrastrar y además actúa como desinfectante destruyendo a gran número de microorganismos patógenos. El uso conjunto del agua y el jabón junto con la técnica de lavado de manos adecuada son necesarias para una correcta higiene.

Las manos no deben lavarse únicamente cuando están visiblemente sucias, sino también antes de comer o preparar alimentos, después de ir al baño y siempre que las manos hayan estado en contacto con posibles focos de bacterias (tras tocar animales domésticos, manipular tierra en jardines o balcones, cambiarle los pañales a un bebé o limpiar la casa, por ejemplo).

El lavado de manos, junto a otras medidas de prevención relacionadas con la higiene, es esencial para prevenir la expansión de la COVID-19. El coronavirus SARS-CoV-2 que provoca esta enfermedad puede estar en nuestras manos, por lo que tenemos que lavarlas con frecuencia y evitar tocarnos la cara con ellas.

CUBADEBATE