

Los gérmenes que contaminan las manos son los mayores causantes de diarreas y otras enfermedades mucho más grave, como la Hepatitis A.

El doctor Ignaz Semmelweis demostró por primera vez que lavarse las manos puede salvar vidas. Una acción tan simple y aparentemente inofensiva puede representar la diferencia entre una vida sana y la presencia de virus mortales en nuestra vida. Hace más de un siglo se dio cuenta de esto, cuando trabajaba en un hospital de Viena, cuyas pacientes de maternidad morían a un ritmo alarmante, lo curioso es que casi todas las

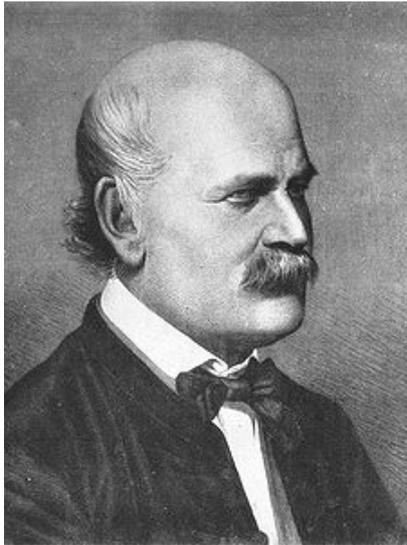


FOTO 20.

Doctor Ignaz Semmelweis

que morían eran atendidas por estudiantes de medicina que manipulaban cadáveres en una clase de anatomía inmediatamente anterior a sus rondas por el pabellón de maternidad.

Como no se lavaban las manos ni antes ni después de tocar los cadáveres con los que habían estado practicando, al atender a las parturientas -pues en ese entonces se desconocía la importancia de esta práctica higiénica- les transmitían sistemáticamente por contacto las bacterias patógenas de aquellos.

La consecuencia era una tasa de mortalidad cinco veces mayor entre las parturientas atendidas en el hospital que entre las que daban a luz en casa. En un experimento que sus compañeros consideraron extravagante, Semmelweis obligó a sus alumnos a lavarse las manos antes de atender a las mujeres que habían tenido bebés y hubo cinco veces menos muertes en el pabellón de maternidad, este fue el comienzo del control de las infecciones.

Desde entonces se ha comprobado a través de diversas formas científicas que lavarse las manos es la manera más eficaz de prevenir el contagio de enfermedades.

1. CONTAGIO – MICROORGANISMOS PATÓGENOS.

El contagio con microorganismos patógenos se puede evitar con medidas sencillas como usar jabones antibacteriales y taparse la boca al estornudar o toser.

Desde que somos pequeños nos enseñan a lavarnos las manos luego de ir al baño, así como antes y después de comer. Esta sencilla medida previene la contaminación con bacterias que, aunque no se ven, están presentes en todas partes. En

los centros de salud, la higiene también es fundamental, sobre todo al tratar pacientes, ya que estos lugares están cargados de microbios y, de no tomarse las prevenciones pertinentes, se pueden transmitir de una persona a otra.

“No hay nada más sucio que una mano, porque con ellas tocamos todo y arrastramos los microbios que están alrededor. Cuando se transmite una bacteria de un paciente a otro se corre el riesgo de que éstas sean resistentes a los antibióticos, y si desencadenan una infección en el hospedero, éste puede verse afectado al recibir tratamiento, pues tendrá menos opciones”, explicó la coordinadora del Laboratorio de Resistencia Bacteriana del Instituto de Investigaciones en Biomedicina y Ciencias Aplicadas de la Universidad de Oriente, Lorena Abadía-Patiño.

La doctora indicó que para que el lavado de manos sea efectivo debe aplicarse abundante agua y jabón antibacterial, hacer fricción y secarse con papel desechable que esté limpio. Cuando las manos no están sucias con tierra o cualquier residuo, se pueden utilizar soluciones de alcohol-glicerina que ayudan a eliminar las bacterias. No se recomienda usar anillos, pulseras, relojes o uñas postizas porque son colonizados por estos microorganismos hospitalarios.

La doctora en Microbiología aclaró que, aunque las instalaciones de los centros de salud son higienizadas constantemente, es frecuente la presencia de bacterias en el ambiente, pues “donde hay aire y personal hablando, respirando, tosiendo y estornudando hay millones de microorganismos y contaminación”, dijo.

Enfatizó que un paciente en cuidados intensivos debe ser monitoreado constantemente y es vital realizar cultivos de vigilancia, debido a las altas probabilidades que tiene de infectarse con bacterias resistentes a antibióticos. Estos microorganismos pueden penetrar a través de los respiradores artificiales, catéteres y sondas. De estar colonizado cualquiera de estos dispositivos debe ser retirado y cambiado.

En cuanto a la comunidad, la doctora Abadía-Patiño recalcó la importancia de taparse la boca al estornudar o toser para evitar transmitir los microorganismos de una persona a otra, ya que se expulsan secreciones cargadas de ellos, y si el individuo ha estado bajo tratamiento con antibióticos va a propagar bacterias resistentes. Asimismo, recomendó usar la parte anterior al codo para cubrir la boca porque las manos ayudan a su diseminación.