

DIA MUNDIAL DEL LAVADO DE MANOS

Dra. Alessandra Fuster / Medico Ocupacional AC Medical

El 15 de octubre se conmemora el día mundial del lavado de manos que tiene como principal objetivo difundir las prácticas de una buena higiene de manos en todo el mundo. En la situación que nos encontramos por el COVID-19, nos ha demostrado la importancia de esta pequeña acción pero que tiene un gran impacto en nuestra salud ya que es una de las medidas más eficaces para prevenir la transmisión de infecciones desde el personal de salud, pacientes y público en general. Actualmente el lavado de manos se sigue considerando la forma más económica y efectiva de prevenir enfermedades diarreicas y respiratorias, por lo general se recomienda que el lavado de manos sea con agua y jabón pero desgraciadamente estos no siempre están al alcance de todos en el lugar donde nos encontremos pero eso no excluye que no se pueda hacer una desinfección de las manos, actualmente se puede contar con geles, aerosoles o líquidos anti-bacteriales que también ayudan a la higiene de manos.

Existen momentos esenciales en los cuales se debe hacer la desinfección de las manos estos son antes de alimentarse, después de usar los servicios sanitarios, antes, durante y después de preparar alimentos, después de estornudar o toser, en esta época de pandemia realizarlo antes de tocarse el rostro, después de usar el transporte público y de tocar alguna superficie que podría estar contaminada.

Así que no olvidemos que esta acción, que nos puede tomar pocos minutos, es un mecanismo para protegernos de contraer alguna enfermedad, cuidémonos y mantengámonos sanos.



Fuente: <https://www.rionegro.gov.ar/>