Descargado el: 24-11-2026 ISSN 1727-897X

CARTA AL DIRECTOR

La importancia del lavado de las manos en la atención sanitaria

The Importance of Handwashing in Healthcare

Ydalsys Naranjo Hernández[1]

[1] Policlínico Universitario Los Olivos, Sancti Spiritus, Sancti Spiritus, Cuba, CP: 60100

Cómo citar este artículo:
Naranjo-Hernández Y. La importancia del lavado de las manos en la atención sanitaria. **Medisur** [revista en Internet]. 2014 [citado 2026 Nov 24]; 12(6):[aprox. 2 p.]. Disponible en: https://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/2879

Aprobado: 2014-10-27 11:09:22

Correspondencia: Ydalsys Naranjo Hernández. Policlínico Universitario Los Olivos Sancti Spiritus ydalsys.naranjo@ssp.sld.cu

 ISSN 1727-897X

Sr. Director:

Es oportuno como gestores de cuidados seguros, adherirnos a las buenas prácticas en el actuar profesional, pues el contacto con fluidos corporales es una vía de trasmisión de múltiples enfermedades. En este sentido, la técnica del lavado de manos es una de las formas de prevenir las enfermedades trasmisibles. En la actualidad, se hace mucho énfasis en este tema, debido a la situación higiénica y epidemiológica a nivel mundial. Lo que parece un tema sencillo y banal, no funciona todo lo bien que debería y sigue estando asociado de manera considerable a las infecciones nosocomiales. Se ha convertido en algo fácil de hablar y difícil de llevar a cabo.[1]

La higiene de las manos es lo más importante para el autocuidado, que tanto una persona común como el trabajador en salud, pueden hacer para prevenir una infección que podría causar daño y hasta derivar en la muerte. La OMS propone seis maneras fundamentales para que los centros de atención de salud puedan mejorar la higiene de las manos y detener la propagación de enfermedades trasmisibles:[2]

- Utilización de desinfectantes para las manos.
- Disponibilidad de agua, jabón y toallas desechables.
- Capacitación y educación del personal sobre la forma de proceder correctamente.
- Observación de las prácticas del personal y retroalimentación sobre el desempeño.
- Uso de recordatorios en el lugar de trabajo.

También se señalan tres tipos de lavado de manos: lavado social de las manos, lavado higiénico o médico de las manos y lavado quirúrgico de las manos.[3]

La técnica del lavado de manos tiene una duración de 40-60 segundos, y se compone de los pasos siguientes: (Figura 1)

1. Mojar las manos con agua.
2. Aplicar suficiente jabón para cubrir toda la superficie de la mano.
3. Frotar las palmas de las manos entre sí.
4. Frotar la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda, con los dedos entrelazados, y viceversa,
5. Frotar las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
6. Frotar el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, manteniendo unidos los dedos.
7. Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frotarlo con un movimiento de rotación y viceversa.
8. Frotar la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
9. Enjuagarse las manos.
10. Secarlas con una toalla desechable.
11. Usar la toalla para cerrar el grifo o llave de agua.

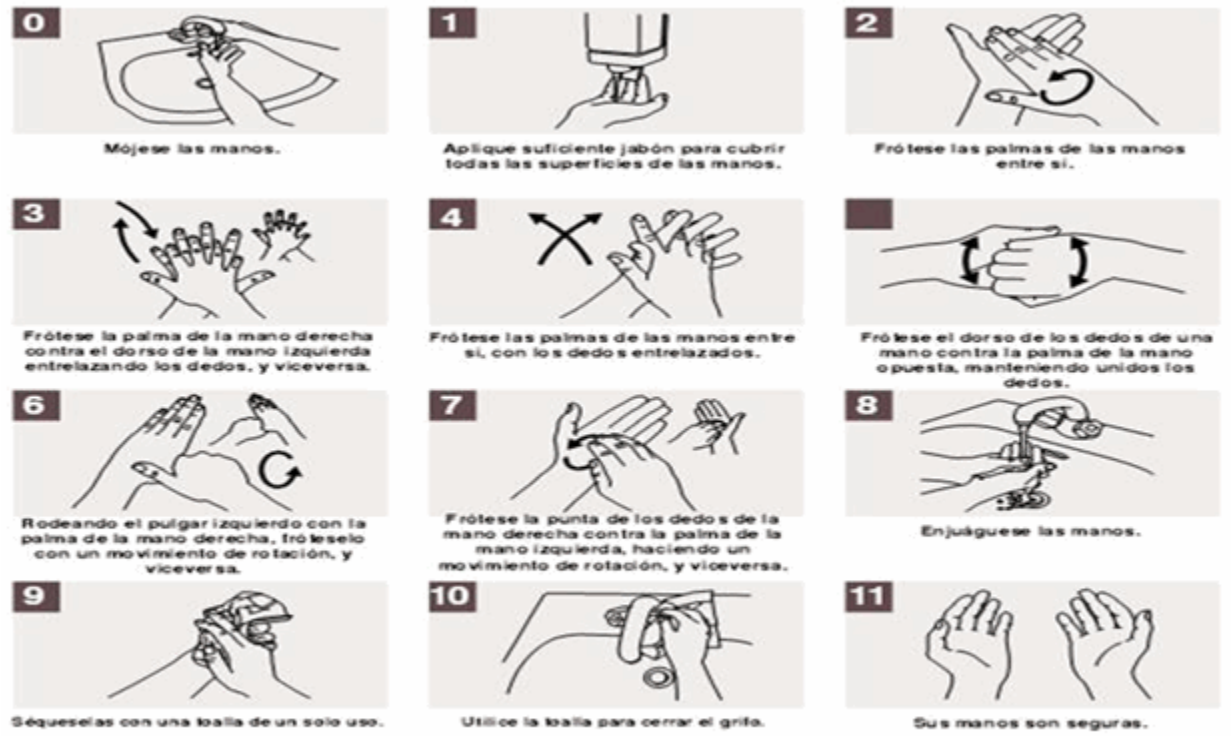

Figura 1. Técnica del lavado de manos

Lavarse las manos es la más eficaz de las acciones sencillas que pueden realizarse para reducir la propagación de enfermedades infecciosas. Los retos son enormes pero también son muchos los beneficios: salvar vidas, mejorar la seguridad del paciente y lograr una atención más limpia para millones de seres humanos y sus familias.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Organización Mundial de la Salud. Directrices de la OMS sobre higiene de las manos en la atención sanitaria [Internet]. Ginebra: OMS; 2005. [cited 5 Ene 2014] Available from: http://www.who.int/patientsafety/information_centre/Spanish_HH_Guidelines.pdf?ua=1.

2. Río Torres M. Prevención de infecciones nosocomiales en oftalmología. In: Oftalmología. Criterios y tendencias actuales. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2009.

3. León Román CA. Aspectos epidemiológicos en las unidades de urgencias y de atención al grave. In: Enfermería en Urgencias. La Habana: Editorial Ciencias Médicas; 2008.