Descargado el: 4-11-2026 ISSN 1727-897X

PUNTO DE VISTA

Lavado de manos. Alternativa segura para prevenir infecciones
Hand washing. Safe alternative to prevent infections

Zenia Tamara Sánchez García[1] Geneva Hurtado Moreno[1]

[1] Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos, Cuba

Cómo citar este artículo:
Sánchez-García Z, Hurtado-Moreno G. Lavado de manos. Alternativa segura para prevenir infecciones. **Medisur** [revista en Internet]. 2020 [citado 2026 Nov 4]; 18(3):[aprox. 3 p.]. Disponible en: https://medisur.sld.cu/index.php/medisur/article/view/4543

Resumen

Las infecciones afectan cientos de millones de personas en todo el mundo y es un gran problema mundial para la seguridad del paciente. El correcto lavado de las manos cobra vital importancia para disminuir la posibilidad de trasmisión de infecciones por el personal médico y de enfermería. Por tales razones en este trabajo se pretende comentar acerca de los principales elementos teóricos que justifican que un correcto lavado de manos previene las infecciones nosocomiales. Se concluyó que lavarse las manos después del contacto con el paciente pone un obstáculo a la diseminación bacteriana, en especial de un paciente a otro y por tanto se previene las infecciones nosocomiales, tan comunes en nuestros hospitales.

Palabras clave: desinfección de las manos, infección hospitalaria

Abstract

Infections affect hundreds of millions of people worldwide and it is a major global problem for patient safety. Proper hand washing becomes vitally important to decrease the possibility of infection transmission by medical and nursing personnel. For these reasons, this paper aims to comment on the main theoretical elements that justify that proper hand washing prevents nosocomial infections. It was concluded that washing hands after contact with patients is an obstacle to bacterial spread, especially from one patient to another, and therefore prevents nosocomial infections, so common in our hospitals.

Key words: hand disinfection, cross infection

Aprobado: 2020-03-20 11:51:21

Correspondencia: Zenia Tamara Sánchez García. Universidad de Ciencias Médicas. Cienfuegos. zeniatsg@infomed.sld.cu

INTRODUCCIÓN

El agua es un bien muy preciado en nuestra cultura. Es de cotidiano reconocimiento que es la sustancia básica e imprescindible para las actividades de la vida diaria de cualquier persona. Una de estas finalidades fundamentales es el empleo en la higiene. Como profesionales sanitarios, su valor se va incrementado de manera considerable en nuestro ámbito profesional.[1]

Antiguos personajes pusieron de manifiesto el hecho de que las manos de médicos y comadronas eran potencialmente vehículos de infección.[1]

Una especial relevancia tiene la pronta deducción de que las manos se consideraban transmisoras de infecciones, aun cuando se desconocía el agente infeccioso.[2]

La higiene de manos no es un nuevo concepto dentro de la atención de la salud y muchos centros de salud de todo el mundo ya tienen políticas bien establecidas y llevan a cabo programas regulares de formación en este ámbito. Cada vez más, se están realizando acciones encaminadas a fortalecer dichos programas, entre ellas la inclusión de soluciones de lavado a base de alcohol en el lugar de atención médica y otras relacionadas. Sin embargo, las acciones a largo plazo siguen siendo difíciles de mantener, y muchas instalaciones en todo el mundo aún no han comenzado a abordar la mejora en la higiene de las manos de forma sistemática. Esto se debe a numerosas dificultades, especialmente las relativas a las infraestructuras y a la escasez de recursos necesarios.[3]

Por tales razones en este trabajo se pretende comentar acerca de los principales elementos teóricos que justifican que un correcto lavado de manos previene las infecciones nosocomiales.

DESARROLLO

En los países desarrollados, entre el 5 y el 10 por ciento de los ingresados en los hospitales desarrollan una infección nosocomial (IN). En Estados Unidos, que cuenta con tecnología altamente sofisticada y tratamientos complejos en la atención a los pacientes y ocurren de 5 a 8 infecciones nosocomiales por cada 100 ingresos en un hospital de cuidados agudos, se estima que requieren más de 6 millones de días de permanencia adicional al año en el hospital y todavía fallecen cada año 80.000 personas, es decir, 200 personas al día, con un costos anuales de 900 millones de dólares. Otros reportes demuestran tasas de incidencias superiores a las ya mencionadas anteriormente, las cuales dependen de múltiples factores como las características de las poblaciones, de los procederes y la adherencia a prácticas de prevención.[4]

En los países con escasos recursos, en los que el sistema de salud ha de atender a una población más enferma y hacer frente a la falta de recursos humanos y técnicos, la carga que representan las infecciones relacionadas con la atención sanitaria es aún más importante. En México, las Infecciones nosocomiales son la tercera causa de muerte en la población general y las estimaciones del porcentaje de infecciones nosocomiales que son prevenibles, pueden llegar al 40 %.[4]

La adecuada adquisición de conocimientos y habilidades en materia de higiene de manos es fundamental, puesto que es uno de los pilares de la prevención y control de infecciones nosocomiales y de la seguridad del paciente y atención sanitaria de calidad por parte de los futuros profesionales de enfermería.

En Cuba, la vigilancia epidemiológica de las infecciones intrahospitalarias (IIH) refleja una tasa global nacional que ha oscilado entre 2,6 y 3,4 por cada 100 egresados, con un promedio anual de 50 000 infectados. Por servicios, el análisis muestra que los de Cirugía, Medicina y Terapia concentran el 50 % o más de las notificaciones y por localización las infecciones que con mayor incidencia se producen son las del aparato respiratorio, herida quirúrgica y piel. En el Programa Nacional para la Prevención y Control de la IIH se relacionan los propósitos, objetivos y estrategias a seguir para la prevención y el control de este tipo de infección, que resume la excelencia en la prestación de los cuidados y protección del paciente.[4]

Se ha podido constatar que infecciones nosocomiales generalmente se difunden a través de las manos del personal sanitario y de las demás personas que están en contacto con los pacientes infectados o con las superficies situadas en sus cercanías, donde el personal médico y paramédico puede convertirse en un posible vehículo de transmisión de estas.[4]

Se hace necesario por tanto prestar una atención segura, disminuyendo los riesgos de infección nosocomial. Por lo tanto es necesario conocer y aplicar adecuadamente las medidas de higiene, desinfección, esterilización, medidas de precauciones estándar y según transmisión, y las indicaciones, métodos y técnica de higiene de manos.

Asegurar una eficaz higiene de manos es lo más importante, 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.[4]

Para entender la importancia de una buena higiene de las manos, hay que saber que estas son vehículo portador de patógenos desencadenantes de enfermedades tan graves como la hepatitis de tipo A, la meningitis, y diarreas de origen infeccioso, entre otras.[5]

Las uñas largas se consideran un símbolo estético femenino, pero en ellas se puede albergar un gran número de bacterias, por lo que unas manos con largas uñas siempre suponen un foco mayor de suciedad que debe ser cuidado con más atención a la hora de conseguir una buena higiene de las manos, y el uso de guantes a la hora de manipular alimentos con las manos, u otras situaciones similares.[5]

Los jabones desinfectantes para manos, utilizados de forma constante, pueden producir sequedad en la piel y por ello es recomendable aplicar cremas hidratantes de forma diaria una vez finalizada la jornada.[5]

Siempre hay que evitar el contacto directo de las manos cuando presentan heridas con focos de infección como aguas estancadas, metales oxidados o animales, y en caso de que accidentalmente suceda, es importante lavar con un jabón desinfectante para manos de forma inmediata.

Entre las enfermedades causadas por una mala higiene de manos están las infecciones diarreicas que son la segunda causa más común de muerte en niños menores de cinco años. Por lo general, las enfermedades diarreicas se describen como relacionadas con el agua, pero para ser más precisos se deben conocer como relacionadas con las excretas, ya que los patógenos provienen de la materia fecal. Estos patógenos hacen que la gente se enferme cuando ingresan por la boca a través de las manos que han estado en contacto con las heces, con agua de consumo contaminada, con alimentos crudos y utensilios que no han sido lavados o con ropa manchada con excretas. El lavado de manos con jabón interrumpe el ciclo.

El lavado de manos con jabón reduce la incidencia de enfermedades cutáneas; de infecciones a los ojos como el tracoma; y de infecciones intestinales, especialmente la ascariasis y la trichuriasis. Se necesita más evidencia, pero la investigación indica que el lavado de manos es efectivo para reducir la incidencia de estas enfermedades.

Promover el lavado de manos centrados en la salud y en el espectro de la enfermedad y muerte se hace imprescindible para todos valorando los beneficios que les atrae del lavado de manos.

CONCLUSIONES

La buena técnica del lavado de manos implica limitar en la medida de lo posible la transferencia de microorganismos patógenos de una persona a otra.

Si el personal de salud, se lava las manos después del contacto con el paciente, pone un obstáculo a la diseminación bacteriana, en especial de un paciente a otro.

En el lavado de manos intervienen medios mecánicos y químicos, los cuales destruyen los gérmenes patógenos que son imprescindibles controlar para evitar la aparición de infecciones nosocomiales. Si conocemos la epidemiología teórica de estas infecciones podemos actuar con una correcta higiene de manos.

Conflicto de intereses

La autora declara no tener conflicto de intereses.

Contribución de autoría

Lic. Zenia T. Sánchez García, concepción de la idea, búsqueda de información, redacción del artículo.

Lic. Geneva Hurtado Moreno, búsqueda de información, redacción.

Financiación

Universidad de Ciencias Médicas de Cienfuegos.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Miranda M, Navarrete L. Semmelweis and his outstanding contribution to Medicine: Washing hands saves lives. Rev Chil Infectol. 2008 ; 25 (1): 54-7.

2. Correa I, Manuel IM. Higienización de las manos. El cotidiano del profesional de la salud en una unidad de internación pediátrica. Rev Invest Educ Enferm. 2011 ; 29 (1): 54-60.

3. Velázquez IE, Aranda J, Camacho JL, Ortíz GG. Epidemiología de infecciones nosocomiales en el Instituto Jalisciense de Cancerología. Rev Cubana Salud Pública [revista en Internet]. 2013 [cited 1 Oct 2013] ; 39 (1): [aprox. 9p]. Available from: http://bvs.sld.cu/revistas/spu/vol39_1_13/spu03113.htm.

4. Raimundo Padrón E, Companioni Landí FA, Rosales Reyes SA. Apuntes históricos sobre el lavado de manos. Rev Cubana Estomatol [revista en Internet]. 2015 [cited 19 Oct 2017] ; 52 (2): [aprox. 10p]. Available from: http://scielo.sld.cu/pdf/ms/v12n6/ms01612.

5. Serjan MA, Saraceni L. Higiene de manos. Rev Hosp Mat Inf Ramón Sarda [revista en Internet]. 2005 [cited 1 Oct 2013] ; 24 (4): [aprox. 7p]. Available from: http://www.sarda.org.ar/images/Higiene_de_manos.pdf.