



Consejo semanal sobre seguridad

Hechos acerca del Lavado de las Manos

Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), mantener las manos limpias es uno de los pasos más importantes que podemos tomar para evitar enfermarnos y propagar gérmenes a otros. Muchas enfermedades y afecciones se propagan por no lavarse las manos con jabón y agua corriente limpia.



Cómo los Gérmenes Llegan a las Manos y Enferman a las Personas

Las heces (caca) de personas o animales son una fuente importante de gérmenes como Salmonella, E. coli y norovirus que causan diarrea, y pueden propagar algunas infecciones respiratorias como el adenovirus y la enfermedad de manos, pies y boca. Este tipo de gérmenes pueden llegar a las manos después de que las personas usan el baño o cambian un pañal, pero también de maneras menos obvias, como después de manipular carnes crudas que tienen cantidades invisibles de caca de animal. Un solo gramo de heces humanas, que es aproximadamente el peso de un clip, puede contener un billón de gérmenes. Los gérmenes también pueden llegar a las manos si las personas tocan cualquier objeto que tenga gérmenes porque alguien tosió o estornudó sobre él, o porque fue tocado por algún otro objeto contaminado. Cuando estos gérmenes llegan a las manos y no se eliminan, pueden transmitirse de persona a persona y enfermar a las personas.

Lavarse las Manos Previene Enfermedades

Lavarse las manos con jabón elimina los gérmenes de las manos y, por lo tanto, puede prevenir infecciones. Las personas se tocan con frecuencia los ojos, la nariz y la boca sin siquiera darse cuenta. Los gérmenes pueden entrar en el cuerpo a través de los ojos, la nariz y la boca y enfermarnos. Los gérmenes de las manos sin lavar pueden entrar en los alimentos y bebidas mientras las personas los preparan o consumen. Los gérmenes pueden multiplicarse en algunos tipos de alimentos o bebidas, bajo ciertas condiciones, y enfermar a las personas. Los gérmenes de las manos sin lavar pueden transferirse a otros objetos, como pasamanos, mesas o juguetes, y luego transferirse a las manos de otra persona. Por lo tanto, eliminar los gérmenes mediante el lavado de manos ayuda a prevenir la diarrea y las infecciones respiratorias e incluso puede ayudar a prevenir infecciones de la piel y los ojos. Enseñar a las personas sobre el lavado de manos les ayuda a ellos y a sus comunidades a mantenerse saludables.

¡MANTÉNGASE LIMPIO Y SALUDABLE! ¡SIMPLEMENTE LÁVESE LAS MANOS CON JABÓN!