

## **A propósito del 15 de octubre**

Mi compromiso por participar en estos “días señalados” en mi opinión, supone aportar una visión actualizada en forma de reflexión personal a la conmemoración, si bien algunas fechas, resultan altamente difundidas y tengo la impresión de que poca información puedo aportar añadida y/o ampliada a la publicada y difundida.

Pero haremos un intento por aportar algo personal, y es en este punto donde el relajamiento que me suscita la temática del “lavado de manos”, me lleva a pensar por un momento, que sería de nuestra vida, en general la de la humanidad, sin no estuviéramos dotados de esas partes distales inteligentes, alojadas al final de nuestros miembros superiores, las manos, con sus dedos que forman ese formidable conjunto dotado de múltiples y delicadas capacidades manifiestas en diferentes formas, esas manos que hoy recordamos en este día el valor y la importancia de su lavado.

Las manos están expresadas en las paredes de las cavernas desde hace más de treinta mil años, que significaría para aquellos habitantes, reflejar las manos, sin duda a través del arte, se producen innumerables manifestaciones en forma de pintura, en la escultura, en la interpretación instrumental de una obra musical, no menos importante expresan sentimientos desde la aceptación al rechazo, pasando por acciones claramente de afecto, amor, cariño entre otras muchas.

He tenido la oportunidad de extraer de una tesis doctoral, que bajo el título de La mano a través del Arte: Simbología y de gestos de un lenguaje no verbal (Cerrada Macias, 2007), que, tras un laborioso estudio, narra como se representaron y su significado el gesto de las manos en el Arte Prehistórico (la mano como icono simbólico), Arte Oriental (India, el hinduismo y la triada mística. el poder curativo de los Mudra), Buda, Las manos simbólicas en el Arte Mesoamericano, Antiguo Egipto (gestos manuales, el lenguaje gestual) Antigüedad Clásica, (arte prehelénico, griego, etrusco, romano) en la Iconografía Cristiana (pasajes bíblicos, Anunciación, la duda de Santo Tomás, La Ascensión por la mano de Dios, gestos, de oración, adoración, obediencia, dolor, llanto, bendicente) en el Siglo XX, (desde la visión de la mano aislada a la ausencia de mano), del trabajo se desprenden un variado y rico significado del lenguaje de las manos, muchos de estos gestos comunes y aceptados en la actualidad. Un interesante trabajo que pone de manifiesto el valor de las manos en la historia de la Cultura del Arte y de la Comunicación. Nuestra profesión de enfermera/o, parte de su trabajo se expresa y se materializa con el uso de las manos, expresando sentimientos aceptados en nuestra cultura, una mano en el hombro, una toma de manos unido a una mirada, también aplicando la habilidad de estas en la ejecución de procedimientos ligados al cuidado, en contacto con el paciente en maniobras como la toma del pulso, tocar la frente para valorar temperatura, entre otras muchas acciones, compartidas entre otras disciplinas con el mismo significado.

Cerrada Macias, M. (2007). La mano a través del Arte: Simbología y gesto de un lenguaje no verbal [Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid <https://www.educacion.gob.es/teseo/mostrarRef.do?ref=865764>].

La Academia de Enfermería de la Comunitat Valenciana, en la medalla que se impone a los Académicos Numerarios, figuran unas manos en posiciones opuestas, que se definen como “Nuestras manos, constituyen los instrumentos de los que se vale nuestra mente para poder tomar contacto con las cosas y para poder crear, de los que se vale nuestra alma para expresarse. Son nuestras más fieles servidoras y cumplen todas aquellas órdenes que les damos, nuestras deladoras cuando nos expresamos y elementos indispensables en nuestro quehacer diario”. Queda claro que son un elemento fundamental en el cuidado.

Pero en estos haceres relacionados con nuestra profesión, hay una acción que aplicamos a nuestras manos y que repetimos varias veces al día de una manera rutinaria si, pero consciente y responsable, la acción de “lavarnos las manos”, unas manos que cuidan y también deben ser cuidadas.

Hoy 15 de octubre figura en el calendario como uno de estos días señalados, el dedicado al valor e importancia de esta sencilla acción, extendida a todo el mundo, que contribuye de forma eficaz al control y reducción de enfermedades transmisibles.

***El Día Mundial del Lavado de Manos se celebra en todo el mundo el 15 de octubre, para recordar la importancia que tiene para la salud un gesto tan sencillo como lavar las manos con agua y jabón.***

Lavarse las manos es un gesto cotidiano para la mayoría de las personas del mundo. Sin embargo, lavarse con agua y jabón no es tan frecuente: millones de personas utilizan únicamente agua para lavar sus manos, ya sea por costumbre o por no disponer de jabón.

**No lavarse las manos o no usar jabón al hacerlo supone un riesgo de propagación de enfermedades infecciosas tanto en los países desarrollados como en los países en desarrollo, aunque sus consecuencias son mucho más graves en los países más pobres.**

[Día del Lavado de Manos | UNICEF](#)

Este Día, es una jornada anual de incidencia mundial dedicada a fomentar el lavado de manos con jabón como una forma fácil, eficaz y asequible de prevenir enfermedades y salvar vidas.

En la actualidad, 3 de cada 10 personas en el mundo carecen de acceso a servicios básicos de higiene.

El Día Mundial del Lavado de Manos ofrece una plataforma para actuar y aumentar el acceso y la práctica del lavado de manos con jabón para alcanzar el Objetivo de Desarrollo Sostenible 6.

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), también conocidos como Objetivos Globales, fueron adoptados por las Naciones Unidas en 2015 como un llamamiento universal para poner fin a la pobreza, proteger el planeta y garantizar que para el 2030 todas las personas disfruten de paz y prosperidad.

### **Objetivo 6. Disponibilidad de agua, su gestión sostenible y saneamiento**

*Todavía es un problema a nivel mundial el acceder a agua potable y segura. Miles de personas continúan muriendo por enfermedades asociadas a los patógenos presentes en el agua. La falta de sistemas y medidas de saneamiento genera que se contaminen algunas fuentes de agua. También te recomendamos la lectura de estos otros artículos sobre *Qué es el agua potable y sus características* y *acerca de la Conservación del agua, su importancia y técnicas*.*

<https://www.undp.org/es/sustainable-development-goals#:~:text=Los%20Objetivos%20de%20Desarrollo%20Sostenible%2C%20tambi%C3%A9n%20conocidos%20como, personas%20gocen%20de%20paz%20y%20prosperidad%20para%202030.>

### **¿Cuál es el tema de este año?**

***«Unión por la Higiene de Manos Universal».***

La acción conjunta y la colaboración son esenciales para el éxito y la sostenibilidad de las estrategias de higiene de manos. El tema de este año hace un llamado a los gobiernos, donantes, empresas, instituciones, investigadores y defensores para que se unan en la acción con el fin de lograr el objetivo de la higiene de manos para todas las personas.

[GHD-2022-Social-Media-Toolkit\\_Spanish.pdf \(globalhandwashing.org\)](#)

***“La higiene de manos salva vidas”***

Uno de los hábitos que más se ha promovido en el mundo es el lavado o la higiene de manos, como parte esencial de una cultura de autocuidado y prevención. Sin embargo, hasta el año 2020, a raíz de la pandemia por la COVID-19, se masificó esta sana costumbre, que se convirtió en protagonista de los medios de comunicación y redes sociales, y en una recomendación imprescindible en diversos espacios sociales, laborales y familiares.

Para todos, sería un deseo que apenas disminuya y se controle la pandemia, como todos esperamos, “no debemos cambiar esa conducta que adquirimos de lavarnos las manos bien y con frecuencia”.

Razones para ello hay múltiples: El lavado de manos salva vidas, es la medida más económica, sencilla y eficaz para reducir el riesgo de infecciones y hace parte de las

recomendaciones en la lucha contra la resistencia antimicrobiana, una de las diez principales amenazas para la salud pública a las que se enfrenta la humanidad.

La ciencia, la investigación y los datos estadísticos respaldan esta medida. Las manos se convierten en vehículo y mecanismo de transmisión por contacto para diversos microorganismos.

Por ejemplo, cuando una persona tiene gripe y tose puede ‘lanzar’ al ambiente múltiples gotas de secreciones y en ellas pueden vehiculizarse diversos tipos de gérmenes, que pueden sobrevivir más de 24 horas en superficies o fómites, dependiendo del material del que estén hechos y del tipo de microorganismo.

Es así como las manos, en el marco de la pandemia por la COVID-19, han sido consideradas un mecanismo de transmisión del virus, ya que cuando están sucias lo transportan a nariz, ojos o boca, y a partir de allí ingresa el coronavirus al cuerpo, puede multiplicar y se desarrollar la enfermedad.

<https://www.paho.org/es/noticias/17-11-2021-higiene-manos-salva-vidas>

En la actualidad, octubre 2022, me resulta difícil añadir alguna aportación, ante la profusión de los mensajes, reiteradas campañas que surgen desde Organizaciones como la OMS, PAHO, Naciones Unidas... ampliadas y reflejadas en las redes sociales, los propios Colegios, Institutos, Universidades, espacios oficiales, transportes públicos, han promovido la higiene ambiental y colectiva mediante acciones que han contribuido y siguen contribuyendo, a la promoción del lavado de manos.

El lavado de manos, vs., desinfección alternativa (aplicación de antisépticos), junto con otras acciones complementarias, como el uso de la mascarilla, sin duda han resultados eficaces para el control de la pandemia del COVID-19, pero lo más positivo de estas medidas, es que han fomentado un interés en la población por la higiene y la salud colectiva, medidas que han repercutido en estos dos últimos años en una reducción de las tasas de gripe.

Por tanto, para concluir simplemente no olvidemos que el lavado de manos constituye la mejor medida de eficacia probada, sencilla, barata y la mejor manera de prevenir infecciones.

*Dr. Francisco Faus Gabandé*  
Académico Numerario