



# MÁS HIGIENE, MÁS SEGURIDAD

clara  
guzmán  
texto

Un total de 122 países y regiones se han comprometido a hacer frente a las infecciones relacionadas con la atención sanitaria. Y qué mejor modo de comenzar que lavándose las manos...



**P**arece un gesto sin importancia, y, sin embargo, en él reside muchas veces la clave de numerosos contagios de otras tantas enfermedades. Lavarse las manos no es un hecho trivial, antes al contrario, la misma Organización Mundial de la Salud (OMS) ha establecido incluso una jornada dedicada a esta *costumbre* que se conmemoraba hace solo unos días. El objetivo: reducir las infecciones. Bajo el lema *Salva vidas: lávate las manos*, el

mensaje en este día es claro: «Ciertas medidas sencillas pueden, efectivamente, salvar vidas», destacando como algunas de ellas la correcta higiene de las manos por parte de los profesionales de la salud, pero también de los pacientes, sus acompañantes, las personas que les cuidan...

Según nos informa la OMS, una higiene de manos apropiada es uno de los métodos más simples y eficaces para disminuir las infecciones asociadas a la atención sanitaria. Aun así, el personal hospitalario suele omitir esta práctica en algunas situaciones en las que es necesaria por estar en contacto con los enfermos. De lo que se trata es de invertir esta *costumbre inquietante* y conseguir que los profesionales realicen mejoras en sus prácticas de higiene de manos, contribuyendo así a reducir este tipo de riesgo de contagio.

Esta estrategia del organismo internacional ha llamado la atención en el mundo entero, ya que los retos son enormes, pero también lo son los beneficios: salvar vidas, mejorar la seguridad del paciente y lograr una atención más limpia para millones de enfermos y sus familias. Hay que tener en cuenta que cada año el tratamiento y la atención de cientos de millones de ciudadanos en todo el planeta se complica a causa de infecciones contraídas durante la estancia en los hospitales (infecciones nosocomiales); la consecuencia directa es que algunas personas enferman más gravemente que si no se hubie-

ran.

ran infectado, debiendo permanecer más tiempo en el centro. Esto supone una enorme carga económica adicional para los sistemas de salud pero, además, en ocasiones tiene un coste mucho más alto: vidas humanas.

**ESPAÑA, CONCIENCIADA** El riesgo de infección es especialmente elevado en algunas partes del mundo. Muchos proyectos, tanto de Estados desarrollados como en desarrollo, han demostrado que la aplicación de intervenciones y estrategias disponibles puede reducir considerablemente la carga de morbilidad por infecciones relacionadas con la atención sanitaria. En este sentido, la Sociedad Española de Enfermedades Infecciosas, naturalmente apuesta por esta higiene de manos, pero recomienda tomar otras muchas precauciones que se sobreentiende existen en los centros sanitarios de cara a evitar, en la medida de lo posible, la transmisión de ciertas patologías. Y se basan, fundamentalmente, en el correcto uso de todas las *herramientas* al alcance: batas, mascarillas, guantes... Asimismo, aconseja la desinfección rutinaria de las áreas de atención al paciente y priorizar el uso de las habitaciones individuales para enfermos con riesgo elevado de transmisión, facilidad para contaminar el ambiente, incapaces de mantener una higiene apropiada o con mayor peligro de adquirir organismos colonizadores perjudiciales.

En nuestro país, la difusión de esta estrategia de la OMS a través de las comunidades autó-

nomas, ha conseguido que seamos, tras Francia, el segundo país europeo más comprometido en poner en marcha programas, desarrollar acciones y trabajar de manera continua en esta área, con un total de 339 centros que aplican las medidas, un 43 por ciento más que el año pasado.

En este sentido, son cientos los centros sanitarios que se han sumado a la campaña, pero también otros colectivos, como la Federación Española de Cáncer de Mama, han mostrado su apoyo público a esta iniciativa: el concepto de seguridad, que es el objetivo último, es defendido por este grupo como prioridad absoluta en todas las políticas de calidad de los servicios sanitarios. Su presidenta, María Antonia Gimón, ha explicado que «todos los esfuerzos son insuficientes cuando se trata de poner freno a un problema de salud como éste y que, indudablemente nos afecta a todos, como pacientes que somos».

Con todo, la realidad obliga a que la prevención no se haga exclusivamente desde el área sanitaria e implica a todos los ciudadanos en un compromiso que redundará en una mejor calidad de vida. Por ello, se hace necesaria una concienciación global sobre los riesgos de transmisión de infecciones -recordemos las recomendaciones realizadas para la Campaña de Prevención de la Gripe, por poner un ejemplo-. Sin duda, tomar conciencia y actuar desde los diferentes ámbitos (la familia, la escuela y el sistema sanitario) evitará contagios y mejorará, de forma global, la atención médica y la salud pública.



## Y ADEMÁS... LAVAR LAS MANOS LIMPIA LA CONCIENCIA

Un estudio publicado por la revista *Science* hace cuatro años mostraba cómo los seres humanos tenemos un deseo de lavarnos, literalmente, después de haber actuado contra nuestras creencias, como si el agua contribuyese de alguna manera a *enjuagar* esa parte del cerebro donde se aloja la conciencia. Un estudio de la Universidad de Michigan publicado hace solo unos días en esa misma revista, concluía que el simple acto de lavarnos las manos hace borrar y cuenta nueva al eliminar las dudas sobre decisiones recientes. Los investigadores del trabajo, Spike W.S. Lee y Norbert Schwarz observaron que, además de limitar el sentimiento de culpa por errores del pasado, limpiar las manos puede acabar con esas trazas de decisiones recientes -acertadas o no- reduciendo la necesidad de justificarlas.