

El lavado de manos es el factor más importante en la reducción de la transmisión de enfermedades



En el Día Mundial del Lavado de Manos, EVER HEALTH recuerda su importancia a la hora de prevenir enfermedades y muy especialmente en los centros escolares donde es fundamental enseñar a los niños sobre la buena higiene y la importancia de lavarse las manos



Usar agua templada y jabón, frotar una mano contra la otra durante 40-60 segundos, dedicar especial atención a las yemas de los dedos y uñas, ya que más del 95% de las bacterias se encuentran bajo el borde de las uñas, y aclarar y secar completamente

Madrid, 10 de octubre de 2019.- El lavado de manos “es el factor más importante en la reducción de enfermedades, y muy especialmente en los centros escolares, donde además es necesario enseñar a los niños sobre la buena higiene y su importancia”, según explica la doctora de EVER HEALTH, Belén de Nicolás, con motivo del Día Mundial del Lavado de Manos, que se celebra el próximo martes 15 de octubre.

Asimismo, es importante que los niños “aprendan a hacerlo bien desde pequeños e insistirles en que se laven las manos especialmente después de ir al baño, sobre todo, antes y después de comer y al finalizar de jugar o tocar algún animal”.

De hecho, según de Nicolás, lavarse las manos, es junto a la vacunación, la vigilancia y la declaración inmediata de las enfermedades transmisibles, la mejor forma de evitar la transmisión de enfermedades y de prevenirlas.

No obstante, la prevención en los centros escolares “suele ser difícil porque gran parte de las enfermedades se transmiten antes de producir los primeros síntomas” y aunque es “casi inevitable el contagio de infecciones clásicas de la infancia como la gripe o los resfriados, los niños con una buena salud las superarán sin mayores inconvenientes”.

La doctora recuerda que para lavarse bien las manos hay que usar agua templada y jabón; frotar una mano contra la otra durante 40-60 segundos; dedicar especial atención a las yemas de los dedos y las uñas, ya que más del 95% de las bacterias se encuentran bajo el borde de las uñas; aclarar las manos con abundante agua durante 10 segundos; y secarse las manos completamente, y si fuera posible, usar una toalla limpia y seca.