

Recomendaciones a los Estados Miembros para mejorar las prácticas de higiene de manos con el fin de ayudar a prevenir la transmisión del virus de la COVID-19

Orientaciones provisionales

1 de abril de 2020



Recomendaciones

Los Estados Miembros deben mejorar las prácticas de higiene de manos de forma generalizada para ayudar a prevenir la transmisión del virus causante de la COVID-19. A tal fin, deben:

1. Proporcionar acceso universal a puntos públicos de higiene de manos y hacer obligatorio su uso al entrar y salir de cualquier edificio público o edificio comercial privado y de cualquier instalación de transporte público.
2. Mejorar el acceso a las instalaciones y prácticas de higiene de manos en los establecimientos sanitarios.

Antecedentes

Los datos científicos actuales indican que el virus causante de la COVID-19 se transmite por gotículas respiratorias o por contacto. La transmisión por contacto se produce cuando las manos contaminadas tocan las mucosas de la boca, la nariz o los ojos; las manos contaminadas también pueden transferir el virus de una superficie a otra, lo que facilita la transmisión por contacto indirecta. Por consiguiente, la higiene de las manos es extremadamente importante para evitar la propagación del virus de la COVID-19. La higiene de manos también interrumpe la transmisión de otros virus y bacterias causantes de resfriados comunes, gripe y neumonía, por lo que reduce la carga de morbilidad en general. Aunque existe una elevada sensibilización sobre la importancia de la higiene de manos para prevenir la infección por el virus de la COVID-19, el acceso a instalaciones para la higiene de manos que dispongan de geles hidroalcohólicos y de agua y jabón es muchas veces subóptimo, tanto en el entorno comunitario como en los establecimientos sanitarios, especialmente en los países de ingresos bajos y medios. La OMS y el UNICEF estiman que, en todo el mundo, tres mil millones de personas carecen de instalaciones para la higiene de manos en el hogar, y dos de cada cinco establecimientos sanitarios carecen de higiene de manos en el lugar en que se presta la atención.¹ Además, el acceso a la higiene de manos se está viendo cada

vez más dificultado como consecuencia de las situaciones de desabastecimiento de suministros. Cuando las autoridades de salud pública facilitan gratuitamente la higiene de manos y la hacen obligatoria mejoran la aceptación y el cumplimiento de las prácticas óptimas de higiene de manos, también en emergencias sanitarias de importancia internacional.^{2,3} La higiene de manos es la más eficaz de todas las medidas para reducir la propagación de infecciones mediante estrategias multimodales que incluyen el acceso a los suministros correspondientes.⁴ Por tanto, las presentes orientaciones son pertinentes para todos los países, y se recomiendan en particular para aquellas zonas donde no sea fácil acceder a instalaciones para la higiene de manos.

Recomendaciones de la OMS:

1. Se deben instalar uno o varios puntos de higiene de manos (ya sea para lavárselas con agua y jabón^a o para frotárselas con un gel hidroalcohólico)^b a la entrada de todos los edificios públicos (incluidos los centros educativos y los establecimientos sanitarios) y edificios comerciales privados para que todas las personas puedan practicar la higiene de manos antes de entrar en el edificio y al salir de él.
2. Deben proporcionarse puntos de higiene de manos en todas las instalaciones de transporte, y en particular en las principales estaciones de autobús y tren, en los aeropuertos y en los puertos.
3. La cantidad de puntos de higiene de manos y su facilidad de uso deberá adaptarse al tipo y número de usuarios (por ejemplo, niños pequeños, ancianos o personas con movilidad reducida) a fin de fomentar su utilización y reducir el tiempo de espera.
4. La instalación, supervisión y reabastecimiento periódico de los equipos debe ser competencia de las autoridades de salud pública, que la delegarán en los administradores de los edificios. Se agradecerán las iniciativas del sector privado y la sociedad civil para respaldar la instalación de los puntos de higiene, su mantenimiento y su uso eficaz.

^a Cuando no sea viable el uso de gel hidroalcohólico para manos o de jabón en pastilla puede utilizarse una solución de jabón líquido obtenida mezclando detergente y agua. La proporción de detergente y agua dependerá del tipo y concentración del producto localmente disponible.

^b No se recomienda el uso de soluciones cloradas para el lavado de manos por sus posibles efectos nocivos para los usuarios y para quienes elaboran las soluciones, así como por la degradación del cloro cuando se expone a la luz solar o el calor. Generalmente, el jabón es económico y fácil de conseguir, y también pueden utilizarse soluciones de jabón líquido.

5. Durante la pandemia de COVID-19, el uso de los puntos públicos de higiene de manos debe ser obligatorio antes de cruzar el umbral de cualquier edificio o medio de transporte público. De este modo, la práctica repetida de la higiene de manos siempre que se esté fuera del domicilio particular podrá pasar a formar parte de las rutinas cotidianas en todos los países.
6. Todos los establecimientos sanitarios privados y públicos deben establecer programas multimodales de mejora de la higiene de manos^c o fortalecer los ya existentes y garantizar rápidamente, como mínimo, la adquisición de cantidades adecuadas de suministros de calidad para la higiene de las manos, la formación de repaso sobre higiene de manos y la difusión de recordatorios y mensajes sobre la importancia de la higiene de manos para prevenir la propagación del virus de la COVID-19.
7. Las autoridades sanitarias locales deben garantizar la presencia continua de puntos de higiene de manos en buen estado de funcionamiento (ya sean dispensadores de gel hidroalcohólico para manos^d o puntos con agua y jabón y toallas desechables) para todos los profesionales sanitarios en todos los lugares en que se presta atención, en las zonas donde los profesionales se ponen o se quitan el equipo de protección personal (EPP) y en las zonas donde se manipulan desechos sanitarios. Además, deberá haber puntos de higiene de manos en buen estado de funcionamiento a disposición de todos los pacientes y familiares y a una distancia de menos de cinco metros de los retretes, así como en las entradas y salidas, en las zonas de espera y comedores, y en otras zonas públicas.⁵ Se debe alentar firmemente la producción local de formulaciones de gel hidroalcohólico para manos en las farmacias nacionales, subnacionales u hospitalarias o por empresas privadas, siguiendo las correspondientes orientaciones de la OMS, especialmente cuando las opciones comerciales sean limitadas o excesivamente costosas.⁶
8. Los profesionales sanitarios deben practicar las medidas de higiene de manos utilizando la técnica adecuada⁷ y siguiendo las instrucciones conocidas como «Mis 5 momentos para la higiene de las manos».⁷ En particular, deben hacerlo antes de ponerse el EPP y después de quitárselo, al cambiarse de guantes, después de cualquier contacto con un caso sospechoso o confirmado de COVID-19, con sus desechos o con su entorno inmediato, así como después del contacto con secreciones respiratorias, antes de preparar alimentos o comer, y después de ir al baño.
9. Se alienta firmemente a todos los establecimientos sanitarios a que participen activamente en la campaña de la OMS «Salve vidas: límpiense las manos» que se celebrará el 5 de mayo de 2020 y en el período previo a esa fecha⁸ y a que respondan al llamamiento mundial a la acción sobre agua, saneamiento e higiene en los centros sanitarios efectuado por el Secretario General de las Naciones Unidas.⁹

Referencias

1. WASH in health care facilities: global baseline report 2019. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, Nueva York, Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia, 2019 (<https://apps.who.int/iris/handle/10665/311620>, consultado el 2 de abril de 2020).
2. Wolfe MK, Gallandat K, Daniels K, Desmarais AM, Scheinman P, Lantagne D. Handwashing and Ebola virus disease outbreaks: a randomized comparison of soap, hand sanitizer, and 0.05% chlorine solutions on the inactivation and removal of model organisms Phi6 and *E. coli* from hands and persistence in rinse water. PLoS ONE. 2017;12(2): e0172734. (<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0172734>).
3. Sterk E. Filovirus haemorrhagic fever guideline. Ginebra, Médecins Sans Frontières, 2008 (<https://ebolacommunicationnetwork.org/ebolacomresouce/filovirus-haemorrhagic-fever-guideline/>).
4. Roddy P, Colebunders R, Jeffs B, Palma PP, Van Herp M, Borchert M. Filovirus hemorrhagic fever outbreak case management: a review of current and future treatment options. J Inf Dis. 2011;204(Suppl. 3):S791–5. (https://academic.oup.com/jid/article/204/suppl_3/S791/2192235).
5. Infection prevention and control: the evidence for clean hands. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 2020 (https://www.who.int/infection-prevention/publications/hh_evidence/en/).
6. Guía para la elaboración a nivel local: Formulaciones recomendadas por la OMS para la desinfección de las manos. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 2010 (https://www.who.int/gpsc/5may/tools/ES_PSP_GPSC1_GuiaParaLaElaboracionLocalWEB-2012.pdf, consultado el 2 de abril de 2020).
7. Higiene de las manos: ¿por qué, cómo, cuándo? Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 2009 (https://www.who.int/gpsc/5may/tools/ES_PSP_GPSC1_Higiene-de-las-Manos_Brochure_June-2012.pdf, consultado el 2 de abril de 2020).

^c La estrategia multimodal de la OMS para mejorar la higiene de manos comprende los siguientes componentes integrados: 1) cambio del sistema para garantizar la disponibilidad de geles hidroalcohólicos para las manos, así como agua, jabón y toallas desechables/limpias; 2) formación teórica y práctica para todos los profesionales sanitarios sobre las prácticas óptimas de higiene de manos y su importancia; 3) evaluación y retroalimentación en cuanto a la infraestructura, el grado de cumplimiento y otros indicadores relativos a la higiene de

manos; 4) recordatorios y mensajes para recordar las medidas de higiene de manos a todos los profesionales sanitarios y a los pacientes y visitantes; y 5) clima institucional de seguridad con compromiso visible de los altos directivos e implicación de todo el personal.

^d Para que sea eficaz, un gel hidroalcohólico para las manos debe contener entre un 60% y un 80% de alcohol y cumplir la norma europea EN 1500 o las normas de ASTM International (anteriormente, Sociedad Estadounidense para Ensayos y Materiales).

8. Save lives: clean your hands, 5 May 2020. Nurses and midwives, clean care is in your hands! Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 2020 (<https://www.who.int/infection-prevention/campaigns/clean-hands/en/>, consultado el 2 de abril de 2020).
9. Agua, saneamiento e higiene en los centros sanitarios. Ginebra, Organización Mundial de la Salud, 2020 (https://www.who.int/water_sanitation_health/facilities/healthcare/es/, consultado el 2 de abril de 2020).

La OMS continúa siguiendo de cerca la situación por si se producen cambios que afecten a estas orientaciones provisionales. Si algún factor cambia, la OMS publicará una actualización. En caso contrario, estas orientaciones provisionales expirarán a los dos años de su publicación.

© Organización Mundial de la Salud 2020. Algunos derechos reservados. Esta obra está disponible en virtud de la licencia [CC BY-NC-SA 3.0 IGO](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/).