

Investigación de los hábitos del lavado de manos en la comunidad estudiantil de la Universidad Militar Nueva Granada, sede Bogotá, programa de Administración de la Seguridad y Salud Ocupacional, jornada nocturna



Sebastián Ordóñez Orjuela – 0801324 - Nayiber Peña García – 0801327

Universidad Militar Nueva Granada

Administración de la Seguridad y Salud Ocupacional

Facultad de Relaciones Internacionales, Estrategia y Seguridad

Trabajo de Grado

2020

Investigación de los hábitos del lavado de manos en la comunidad estudiantil de la Universidad Militar Nueva Granada, sede Bogotá, programa de Administración de la Seguridad y Salud Ocupacional, jornada nocturna



Sebastián Ordóñez Orjuela – 0801324 - Nayiber Peña García – 0801327

**Directora de trabajo:
Laura Constanza Vergel**

**Universidad Militar Nueva Granada
Administración de la Seguridad y Salud Ocupacional
Facultad de Relaciones Internacionales, Estrategia y Seguridad
Trabajo de Grado**

2020

Resumen

El propósito de este trabajo es brindar a los lectores una fuente de información sobre una actividad básica como lo es el lavado de manos relacionado con la prevención o el tratamiento de las infecciones gastrointestinales; esto incluye comentarios generales y sugerencias sobre el tema.

Cabe mencionar que la comunidad estudiantil de la Universidad Militar Nueva Granada (UMNG) debe tomar medidas básicas de higiene para reducir las infecciones gastrointestinales, lo cual es muy importante, para evitar afecciones e inconvenientes en su salud.

Este trabajo tiene como objetivo concienciar e incidir en cambios de actitud en la comunidad estudiantil de la Universidad Militar Nueva Granada. El contenido incluye un índice que enumera las distintas partes del trabajo, un marco teórico en el que se enfatiza que el lavado de manos es la principal actividad para reducir el riesgo de infecciones gastrointestinales.

A través de este trabajo, se brinda información descriptiva por medio de una cartilla informativa sobre el lavado de manos, como factor útil para reducir el número de infecciones gastrointestinales. Teniendo en cuenta que esta actividad sigue siendo un problema en la sociedad, por las dificultades en la aceptación por parte de las personas, la falta de insumos, entre otros factores.

Tabla de contenido

1	Introducción	10
2	Planteamiento del problema.....	12
3	Pregunta de investigación	14
4	Justificación	14
5	Objetivos.....	15
5.1	Objetivo general	15
5.2	Objetivos específicos.....	15
6	Estado del arte	16
7	Marco referencial	18
7.1	Marco teórico	18
7.2	Marco institucional.....	21
7.2.1	Normatividad y funcionamiento.....	22
7.2.2	Misión de la Universidad Militar Nueva Granada.	23
7.2.3	Visión de la Universidad Militar Nueva Granada.	23
7.2.4	Objetivos institucionales.....	23
7.3	Marco legal	24
7.4	Marco conceptual	25
8	Metodología	26
9	Resultados	37
10	Conclusiones.....	51

11	Referencias	53
12	Anexos.....	55

Lista de tablas

Tabla 1. <i>Estudiantes matriculados ASSO sede Bogotá</i>	38
Tabla 2. <i>Estudiantes ASSO sede Bogotá que dieron respuesta a la encuesta</i>	38

Lista de figuras

<i>Figura 1.</i> Retiro de joyas.....	29
<i>Figura 2.</i> Acercarse al lavamanos	30
<i>Figura 3.</i> Abrir la llave del agua.....	30
<i>Figura 4.</i> Humedecer las manos	31
<i>Figura 5.</i> Aplicar jabón	32
<i>Figura 6.</i> Frotar palma con palma	32
<i>Figura 7.</i> Friccionar dorso y palma de la mano.....	33
<i>Figura 8.</i> Friccionar los espacios interdigitales incluyendo dedo pulgar	34
<i>Figura 9.</i> Friccionar pulpejos y uñas	34
<i>Figura 10.</i> Enjuagar las manos	35
<i>Figura 11.</i> Secarse las manos	36
<i>Figura 12.</i> Cerrar la llave del agua	36
<i>Figura 13.</i> Higienizar con soluciones a base de alcohol.....	37
<i>Figura 14.</i> Promedio de edad de los encuestados.....	39
<i>Figura 15.</i> Cargo laboral que ocupan	39
<i>Figura 16.</i> Importancia del lavado de manos en un rango de 1 a 5.....	41
<i>Figura 17.</i> Conocimiento de protocolo de lavado de manos de la OMS instaurado en la UMNG	42
<i>Figura 18.</i> Lavado de manos después de ingresar al baño.....	43
<i>Figura 19.</i> Uso de jabón al lavarse las manos	44
<i>Figura 20.</i> Tiempo de lavado de manos.....	45
<i>Figura 21.</i> Después de qué actividades se lavan las manos	46

<i>Figura 22.</i> Importancia del lavado de manos en un rango de 1 a 5.....	47
<i>Figura 23.</i> Retirarse elementos de las manos para un adecuado lavado.....	48
<i>Figura 24.</i> ¿Con qué seca sus manos después de lavarlas	49

Lista de anexos

Anexo 1. Encuesta.....	55
Anexo 2. Autorización de encuesta.....	58

1 Introducción

Las enfermedades gastrointestinales son enfermedades que atacan el estómago y los intestinos, generalmente son ocasionadas por bacterias, parásitos o virus. Entre las recomendaciones más importantes para evitar este tipo de anomalías de salud se encuentra el lavado de manos, como una actividad clave.

De acuerdo con las directrices propuestas por la Organización Mundial de la Salud, en 2005, sobre la higiene de las manos en la atención sanitaria, donde se manifestó, a grandes rasgos, el hecho de que la sociedad necesita ampliar su conocimiento en hábitos de higiene, para mejorar su calidad de vida y prevenir la propagación de virus de persona a persona.

Un hábito tan sencillo como lavar las manos sigue siendo la medida más importante para reducir la propagación de los microorganismos resistentes a los antimicrobianos, es una estrategia que funciona como mecanismo de protección a las personas. Sin embargo, el cumplimiento de las normas de higiene de las manos es deficiente en todo el mundo, por lo que cada entidad y cada persona debería fomentar esta actividad en los grupos sociales en que se desenvuelva.

Así pues, en el desarrollo del trabajo actual se busca conocer los hábitos de lavado de manos de un segmento de la población estudiantil de la Universidad Militar Nueva Granada, que desempeñan un cargo laboral en los diferentes sectores económicos, a fin de relacionarlo con el desarrollo de nuestra carrera actual, por medio del cumplimiento de la normatividad vigente que rige la higiene y la seguridad industrial, y los hábitos de autocuidado implementados por las empresas donde se desempeñan laboralmente.

Por último, este trabajo tiene como objetivo mostrar a los lectores cómo el lavado de manos se ha convertido en una de las principales soluciones a diferentes problemas de salud. Las personas deben estar al tanto de esta importante actividad porque la evidencia científica muestra que se ha recomendado durante muchos años. Por ello, se recomienda que los estudiantes brinden apoyo alentando a sus compañeros y todo su entorno social, no solo para lavarse las manos en el trabajo, sino también para tomar estas medidas en casa o en otros lugares, como la universidad.

2 Planteamiento del problema

Las parasitosis intestinales se consideran problemas de salud pública en los países en vía de desarrollo y se asocian con las condiciones higiénicas, sanitarias, sociales, económicas y culturales de las poblaciones, con diferentes grados de marginalidad. Pueden ser causantes de enfermedades debilitantes, agudas, crónicas y, en ocasiones, mortales; además, predisponen a otras enfermedades y contribuyen a la disminución de la capacidad física y mental del individuo, comprometiendo su productividad.

Por otra parte, la transmisión de las parasitosis intestinales depende de tres aspectos fundamentales: fuente de infección, mecanismo de transmisión y presencia de hospederos susceptibles; de modo que el efecto combinado de estos tres factores define su prevalencia. Los parásitos llegan a los hospederos susceptibles a través de las fuentes primarias; los hábitos de limpieza en la población, el agua y los alimentos contaminados se consideran los principales vehículos involucrados en la transmisión de bacterias, virus o parásitos.

Es de mencionar que las parasitosis hacen parte del grupo de enfermedades más frecuentes en el mundo, y dependen de las condiciones higiénicas y sanitarias de las poblaciones. A raíz de esto, los parásitos pueden ser patógenos o comensales para el ser humano y pueden infectar animales que conviven con los seres humanos; por lo tanto, son reservorios que pueden causar graves enfermedades. Entre los parásitos patógenos que se pueden transmitir por malas costumbres higiénicas y sanitarias se encuentran: *Entamoeba histolytica*, *Giardia intestinalis*, *Balantidium coli*, *Fasciola hepatica*, *Schistosoma sp.*, *Taenia solium*, *Ascaris lumbricoides*, *Trichurus trichiura*, *Ancylostoma duodenale*, *Necator americanum* y *Uncinaria stenocephala* (Charrúa, 2008).

En Colombia, según la encuesta mundial de morbilidad de 1981, la población general una prevalencia global de parásitos intestinales del 81,8 %: 18,2 % no patógenos y 63,6 % potencialmente patógenos. En Antioquia (departamento de Colombia), se llevó a cabo un estudio sobre una muestra representativa de la población de niños y adolescentes entre 6 y 18 años, pertenecientes a Rionegro, un municipio del oriente antioqueño que cuenta actualmente con una población de 101 046 habitantes. Este municipio está constituido por 23 acueductos veredales, de los cuales se tienen reportes en la Secretaría de Salud local y en su mayoría presentan resultados favorables hasta de un 98 % de potabilidad del agua, a excepción de los acueductos veredales como el Tablacito, con una potabilidad de 50 %.

Teniendo en cuenta el riesgo que representan la calidad del agua de consumo humano, las condiciones y los hábitos higiénicos sanitarios para la adquisición de enfermedades parasitarias, se hizo un estudio donde se estableció la relación entre la presencia de infección por parásitos intestinales en los habitantes y los factores higiénicos y sanitarios. Esto arrojó que existe la relación entre la presencia de parasitosis intestinales y los factores epidemiológicos con hallazgos significativos en el lavado de manos para el consumo de alimentos (Hernández, 2010).

Asimismo, en Bogotá se llevó a cabo un estudio a una población de 450 trabajadores de una empresa de alimentos, la cual se encontraba dividida en seis departamentos, en donde se propusieron como factores de riesgo para la adquisición y la contaminación de parásitos en los alimentos los siguientes aspectos más relevantes: capacitación puntual en el manejo higiénico de alimentos, hábitos higiénicos y ausentismo. Como resultado se halló que el 84,74 % de la población analizada presentó parasitismo intestinal en los diversos departamentos.

Con base en ello, es preciso destacar que la deficiente realización en el lavado de manos es uno de los principales retos de las campañas de fomento de la higiene, tanto en las

instituciones como en las empresas; en consecuencia, dichos hábitos pueden conllevar a la adquisición de enfermedades gastrointestinales, lo cual puede incurrir en el ausentismo de los trabajadores y la disminución de la capacidad productiva de las organizaciones. En Bogotá, actualmente, el Ministerio de Salud lleva a cabo una campaña de promoción y prevención llamada “Las manos limpias salvan vidas”, con la que buscan llegar a toda la población de Bogotá y lograr así disminuir las parasitosis intestinales.

En ese sentido, resulta útil evaluar la técnica de realización y los hábitos de lavado de manos en la población estudiantil de la Universidad Militar Nueva Granada, con el propósito de enfocar e implementar las diferentes campañas preventivas en los aspectos deficientes detectados, buscando disminuir las parasitosis causadas por los malos hábitos en el lavado de manos.

3 Pregunta de investigación

¿Qué impacto tienen los hábitos del lavado de manos en la adquisición de enfermedades gastrointestinales, en la población estudiantil en la Universidad Militar Nueva Granada, sede Bogotá, Programa de Administración de la Seguridad y Salud Ocupacional (ASSO)?

4 Justificación

Las campañas de lavado de manos normalmente se concentran en difundir información para crear hábitos de higiene traídos de procedimientos del ámbito clínico. No obstante, dichas campañas, para las poblaciones que se hallan fuera de las labores relacionadas con la salud, resultan poco llamativas y llenas de información sobre una actividad que muchos ya realizan de manera automática, sin cuestionarse la manera en qué se hacen dichas acciones. Por eso, es interesante, como medio pedagógico, enfatizar sobre los malos hábitos de higiene de manos, con

el fin de establecer estrategias para lograr modificar esos comportamientos. De esta manera, poco a poco, se va creando una cultura por la higiene dentro de las organizaciones y las instituciones, como es el caso de la población estudiantil de la UMNG.

Ahora bien, un correcto lavado de manos genera una serie de beneficios dentro de cualquier población, entre estos están: la disminución en los índices de incidencia de la parasitosis, la reducción de las tasas de infecciones respiratorias y la minimización de la incidencia de enfermedades cutáneas, intestinales y de ojos (Lanas y French, 2017). Este tipo de dolencias representan un buen porcentaje de las causas de incapacidades en las empresas, e instituciones educativas de todos los niveles; para el caso de este estudio se habla de una institución de educación superior, por ello, cuando se generan campañas que traten el problema de manera más efectiva, se están realizando inversiones que influyen directamente en el cuidado de la comunidad en general.

5 Objetivos

5.1 Objetivo general

Observar hábitos en el lavado de manos, para así contribuir a la disminución del impacto frente a la adquisición de enfermedades gastrointestinales, en la población estudiantil de la Universidad Militar Nueva Granada, sede Bogotá, del programa de Administración en Seguridad y Salud en el Trabajo.

5.2 Objetivos específicos

- Determinar los factores que limitan y potencian la adquisición de enfermedades gastrointestinales frente al lavado de manos.

- Identificar los métodos de higiene propios en el lavado de manos en la población estudiantil del programa de Administración de la Seguridad y Salud Ocupacional de la Universidad Militar Nueva Granada.
- Promover hábitos eficientes en el lavado de manos, por medio de una cartilla informativa, que indique el protocolo adecuado.

6 Estado del arte

En la revisión bibliográfica con respecto a la técnica de lavado de manos en la población académica, se logran evidenciar dos categorías principales, según las búsquedas en las siguientes bases de datos: Dialnet, Clinicalkey, Proquest, Science Direct, Researchgate, Google Scholar; en estas se encontró que prevalece la población escolar y adulta.

Entre las principales causas de muerte, la Organización Mundial de la Salud (OMS) estima que la diarrea y las infecciones respiratorias representan dos tercios de todas las muertes. Además, UNICEF estima que la diarrea mata a un niño cada 30 segundos. Para comprender la importancia y los beneficios del lavado de manos, es necesario determinar cuáles son las principales fuentes de infección, incluidas las heces humanas y la principal fuente de patógenos de la diarrea. También son la fuente de shigelosis, fiebre tifoidea, cólera y demás infecciones gastrointestinales endémicas más comunes.

El lavado de manos interrumpirá la propagación de patógenos, por lo que puede reducir en gran medida las infecciones gastrointestinales. Las manos son las principales portadoras de bacterias patógenas.

Por otra parte, en la población adulta, el efecto del lavado de manos, según Hurtado y Gálvez (2014), en su investigación titulada “Influencia del proceso educativo del lavado de

manos en el conocimiento de las madres sobre prevención de procesos diarreicos de una comunidad urbano marginal en Chiclayo”, en donde se realizó un estudio cuantitativo de diseño preprueba/posprueba. Participaron 50 madres de familia de niños menores de 5 años, se llevó a cabo en el pueblo joven “Víctor Raúl” del distrito de La Victoria en Chiclayo. Entre los principales resultados sobresalieron los siguientes: antes de aplicar el programa de lavado de manos, el nivel de conocimiento materno fue 70 % para excelente y 10 % deficiente; a diferencia de los niveles de conocimientos después de aplicado el programa, dado que el 90 % de madres se ubicaron en el nivel excelente y el 10 % en el nivel bueno, lo que demuestra que la influencia del programa educativo tiene un efecto positivo en el conocimiento de las madres que participaron.

Seguidamente, se debe hacer alusión al trabajo de Chong Yang et al. (2015), titulado “Effectiveness of a multifaceted intervention on improving the hand-washing skills and behaviors of migrant workers in Beijing”, en el cual examinaron a los participantes las habilidades para lavarse las manos y se construyó la siguiente hipótesis: participantes en el grupo de intervención obtendrán una mejora significativa en el lavado de manos en comparación con los del grupo de control. La intervención multifacética de este estudio ha ayudado a mejorar las habilidades y los comportamientos de lavado de manos de los trabajadores migrantes; no obstante, se deben fortalecer los pasos clave para mejorar el efecto de intervención, además, los ancianos deben recibir más atención con respecto a las habilidades de lavado de manos.

De acuerdo son la exploración inicial de las diferentes referencias bibliográficas, se puede decir que la investigación en la higiene del lavado de manos en la población universitaria es escasa, enfocándose mayormente en la investigación de poblaciones trabajadoras en el sector clínico, y de comunidades escolares y adultas en sus diferentes actividades.

7 Marco referencial

7.1 Marco teórico

En el marco de la salud pública, todo tipo de instituciones que impliquen la aglomeración de personas tienen un gran impacto en el desarrollo de enfermedades infecciosas. Las universidades y las escuelas no son ajenas a esta realidad, como lo plantearon Harriman y Mascola (2019), las enfermedades infecciosas encuentran en las escuelas focos para extender las infecciones de familia en familia, debido al alto nivel de contacto de persona a persona en un salón de clases y la participación en deportes o en dormitorios estudiantiles. En ese sentido, todo esfuerzo que realicen las instituciones en pro de prevenir y promocionar hábitos de higiene es un aporte mayúsculo a las políticas de salud pública de una nación.

Por esta razón, el impacto de una campaña de lavado de manos en la Universidad Militar Nueva Granada sería significativo, sabiendo que tiene una población de 10 421 estudiantes en pregrado presencial, 3 241 en pregrado a distancia, 397 en posgrados médicos, 69 en posgrados odontológicos, y 1 979 en otros posgrados; su población estudiantil total es de 18 150. Adicionalmente, en su actividad misional, donde la difusión del conocimiento y el análisis permanente de los problemas del país que afectan el bienestar de la sociedad colombiana, no es distante de la salud pública.

En una campaña reciente de realizada por el ministerio de salud, “Lavarse las manos, es una acción que puede salvar su vida”, en el Día Mundial del Lavado de Manos, el Ministerio de Sanidad y Protección Social hizo un llamado a la ciudadanía a realizar esta práctica de manera correcta y continua, especialmente en este momento crítico que vive el mundo debido al covid-19.

Según la Organización Panamericana de la Salud (Organización Panamericana de la Salud), más de 3,5 millones de niños cada año no celebran su quinto cumpleaños debido a la muerte por diarrea. La Organización Mundial de la Salud dice que lavarse las manos con suficiente agua y jabón puede reducir el riesgo de diarrea aguda en un 47%. (ministerio de salud y protección social, 2020).

En el Día Mundial del Lavado de Manos, la Secretaría Distrital de Salud de Bogotá exhortó a los actores del sistema general de seguridad social y salud a aclarar sus esfuerzos para adoptar medidas de higiene de manos que conduzcan a la prevención de infecciones relacionadas con la atención de la salud e invitar al público a conocer las técnicas de lavado de manos que pueden "salvar vidas". (secretaria distrital de salud, 2020).

Cabe aclarar que la higiene de las manos no es un tema menor, se ha comprobado que es el factor solitario más importante en la prevención de infecciones; la ausencia de la higiene en las manos tiene una correlación directa con las infecciones asociadas a asistencia sanitaria (Haslam, 2019). Esto tiene que ver con el impacto que tiene la prevención, al evitar enfermedades que pueden incidir en el desempeño laboral, académico y de la salud individual de cada uno de los miembros de la comunidad académica.

En el cuerpo humano residen múltiples microorganismos y las manos no son la excepción, puesto que existen dos tipos en ellas: la flora residente, que está relacionada con microorganismos de baja virulencia; estos microorganismos rara vez se transmiten a otras personas y no se eliminan fácilmente mediante el lavado de manos. Por otro lado, la flora transitoria, que está unida débilmente a las manos y en su mayoría son los causantes de las infecciones asociadas a asistencia sanitaria (Bennett et al., 2016).

Desde esta perspectiva, el objetivo de un lavado de manos es eliminar esta flora transitoria, lo que resulta llamativo en un acto tan cotidiano, que muchas veces es subvalorado, pues comúnmente se enfatiza en los tipos de agentes de limpieza empleados, sin embargo, se ha demostrado que el aspecto más importante del lavado de manos es la colocación de estas bajo el agua y la fricción con o sin jabón; con solo 15 segundos de dicha acción, se elimina gran cantidad de la flora transitoria, sin alterar la flora permanente de la mano (Chusid y Rotar, 2016).

En el ámbito de los trabajadores de la salud, el tema de la higiene de las manos es de prioridad máxima, y se han desarrollado para ello agentes y procedimientos. Los protocolos de higiene de manos entre cada contacto con pacientes deben incluir el uso de jabón (con o sin acción antibacterial), agua y el uso de geles basado en alcohol; cuando las manos no están visiblemente manchadas, el uso de geles basado en alcohol tiene un mayor efecto antimicrobial (Choukalas et al., 2019), lo que evidencia que las existen gran variedad de productos, a los cuales se puede recurrir para aumentar la higiene de las manos.

Igualmente, se han desarrollado protocolos para los ámbitos médicos, como el que propuso el Centro del Control y Prevención de las Enfermedades de USA (CDC, por sus siglas en inglés), en conjunto con la OMS; estas guías enfatizan en el tiempo necesario para el procedimiento de lavado de manos y la selección de agente desinfectante dependiendo de la actividad a realizar (Centers for Disease Control and Prevention, 2002). Con base en este conocimiento, es posible generar una metodología enfocada a una higiene de manos que se enfoque en los patógenos que generan infecciones gastrointestinales.

7.2 Marco institucional

La Universidad Militar Nueva Granada es una institución pública de educación superior del orden nacional con régimen orgánico especial, dedicada a la docencia, la investigación, la extensión, el desarrollo, la difusión del conocimiento y el análisis permanente de los problemas del país que afectan el bienestar de la sociedad colombiana, sirviendo de instrumento de autorrenovación y el desarrollo de la nación. (Universidad Militar Nueva Granada, s.f., párr. 1)

La Ley 805 de 2003 le otorgó a la Universidad Militar Nueva Granada autonomía académica, administrativa y financiera. Apoyada en esta ley, la Universidad Militar Nueva Granada entrará a consolidar el apoyo al sector defensa y a adquirir un perfil que la caracterice como uno de los más importantes centros de la educación superior en los órdenes científico, técnico, cultural y, especialmente, en la capacitación profesional que brinda. (Universidad Militar Nueva Granada, s.f., párr. 2)

Plan de Desarrollo para el periodo 2004 - 2008. El cual está diseñado según las estrategias que el Ministerio de Educación Nacional se ha trazado para encaminar la educación en el país, y busca desarrollar objetivos que permitan alcanzar metas de alta calidad y eficiencia en el proceso de enseñanza-aprendizaje, y aportes significativos en el campo de la investigación y en la ejecución de proyectos que atiendan necesidades sociales.

“Tienen una población de 10 421 estudiantes en pregrado presencial, 3 241 en pregrado a distancia, 397 en posgrados médicos, 69 en posgrados odontológicos, y 1 979 en otros posgrados; su población estudiantil total es de 18150” (Wikipedia, s.f., párr. 3).

7.2.1 Normatividad y funcionamiento.

La Universidad rige su funcionamiento sobre la base de la Ley 805 de 2003, la cual define su naturaleza, autonomía y fines. Es una entidad descentralizada, organizada como un ente universitario autónomo con régimen orgánico especial, vinculada al Ministerio de Educación, en lo que tiene que ver con las políticas y la planeación del sector educativo. y en relación con el Sistema Nacional de Ciencia y Tecnología. (UMNG Col, 2016, párr. 8)

Naturaleza: la Universidad Militar Nueva Granada es un ente universitario autónomo del orden nacional, con régimen orgánico especial, cuyo propósito principal es la educación superior y la investigación, dirigidas a elevar la preparación académica de los miembros de las Fuerzas Militares y de la Policía Nacional, en actividad o en retiro; los empleados civiles del sector defensa, los familiares de todos los anteriores y los particulares que se vinculen a la universidad. Además, se halla vinculada al Ministerio de Educación Nacional, en lo que se refiere a las políticas y a la planeación del sector educativo. (UMNG Col, 2016, párr. 9)

Autonomía: en razón de su misión y de su régimen especial la Universidad Militar Nueva Granada, es una persona jurídica con autonomía académica, administrativa y financiera, patrimonio independiente, con capacidad para gobernarse, designar sus propias autoridades, elaborar y manejar su presupuesto de acuerdo con las funciones que le correspondan y dictar sus normas y reglamentos conforme a la presente ley. (UMNG Col, 2016, párr. 10)

7.2.2 Misión de la Universidad Militar Nueva Granada.

La Universidad Militar Nueva Granada es una institución pública del orden nacional, que desarrolla las funciones de docencia, investigación y extensión, y fomenta el diálogo de saberes, la construcción de comunidad académica y la autoevaluación permanente de los procesos institucionales, en el contexto de un mundo globalizado, con el fin de formar ciudadanos íntegros y socialmente responsables que promuevan la justicia, la equidad y el respeto por los valores humanos, y contribuyan al progreso del sector Defensa y de la sociedad en general. (Universidad Militar Nueva Granada, s.f., párr. 1)

7.2.3 Visión de la Universidad Militar Nueva Granada.

La Universidad Militar Nueva Granada será reconocida por su alta calidad y excelencia en los ámbitos nacional e internacional, mediante el fomento de la reflexión, la creatividad, el aprendizaje continuo, la investigación y la innovación, desde una perspectiva global, en cumplimiento de la responsabilidad social, que le permita anticipar, proponer y desarrollar soluciones que respondan a las necesidades de la sociedad y del sector Defensa. (Universidad Militar Nueva Granada, s.f., párr. 2)

7.2.4 Objetivos institucionales.

1. Posicionar nacional e internacionalmente a la Universidad Militar Nueva Granada.
2. Mejorar la gestión académica y administrativa efectiva, con el fin de ofrecer servicios educativos de calidad.
3. Consolidar la acreditación de calidad institucional.
4. Afianzar el Sistema de Ciencia y Tecnología e Innovación Científica y Académica.

5. Fortalecer la interacción con el sector Defensa. (Universidad Militar Nueva Granada, s.f., párr. 3)

7.3 Marco legal

Ante la necesidad y la importancia de la salud pública acerca del lavado de manos en Colombia, en Bogotá fundamentaron la prioridad de contar, de acuerdo con la Secretaría de Salud de Bogotá, con guías y normas de carácter legal, de modo que se reduzca la incidencia de enfermedades dadas por contaminación cruzada y el mal lavado de manos.

De acuerdo con Seguridad Biológica (2010):

Estas guías de prevención, control y vigilancia epidemiológica hacen énfasis en infecciones intrahospitalarias (IIH), las cuales incluyen aspectos de interés técnico y científico, y de vigilancia y seguimiento, que se editan con el objetivo de contribuir a mejorar la calidad de los servicios de salud de Bogotá D.C. (párr. 1)

Continuando con lo anterior, la Asociación Colombia de Infectología implementó estrategias como “Manos limpias, atención segura”, que corresponde a la adaptación de los lineamientos entregados por la Organización Mundial de la Salud (OMS), en el programa “Save lives clean your hands”, con el cual se pretende disminuir el índice de infecciones asociadas al cuidado de la salud (IACS) en la comunidad. El desarrollo de la estrategia está basado:

[En] los 5 pasos implementados por la OMS, con la realización de entrenamiento, capacitaciones aplicación de diferentes herramientas como manuales y recordatorios en el sitio de trabajo, que permiten llegar al objetivo de introducir la higiene de manos como parte de la cultura de la institución y la consecuente reducción de infecciones asociadas al cuidado de la salud. (Asociación Colombiana de Infectología Capítulo Central, 2011, p. 11)

En el Decreto Único Reglamentario del sector trabajo 1072 de 2015, específicamente en su artículo 2.2.4.6.10., donde determina las responsabilidades de los trabajadores, en su numeral 1 dice que deben procurar el cuidado integral de su salud, para lo cual deben cumplir con el reglamento de higiene y seguridad industrial establecido por cada compañía donde se desempeñen laboralmente; dentro de este cumplimiento y estos programas de autocuidado se encuentra el lavado de manos para la prevención de enfermedades de cualquier tipo, ya sea de tipo laboral o general.

En ese orden de ideas, los lineamientos sobre higiene y seguridad industrial en los establecimientos de trabajo se encuentran en la Resolución 2400 de 1979, la cual se utiliza como base, apegada a la Ley 9 de 1979, en la cual se menciona la obligatoriedad de las empresas para tener un reglamento de higiene y seguridad industrial, además de tener normas y directrices dirigidas a la protección y la conservación de la salud. y el bienestar de las personas.

7.4 Marco conceptual

Actividad persistente: es la acción prolongada o extendida de prevención o inhibición de la proliferación o la supervivencia de microorganismos, después de la aplicación del producto.

Agente antiséptico: sustancias antimicrobianas que son aplicadas a la piel, para reducir el número de flora microbial. Ejemplo de ellos son alcoholes, clorhexidina, clorina, hexaclorofenol, iodina cloroxienol, compuestos de amonio cuaternario y triclosán.

Antisépticos basados en alcohol: preparación que contiene alcohol, con una preparación que permite, al ser aplicado, una reducción del número viable de microorganismos en las manos se recomienda que dichas preparaciones contengan del 60 %-95 % de etanol o isopropanol.

Efecto acumulativo: una disminución progresiva en el número de microorganismos recuperados después de aplicaciones continuas de un material de prueba.

Flora residente: microorganismos de baja virulencia, estos microorganismos rara vez se transmiten a otras personas y no se eliminan fácilmente mediante el lavado de manos.

Flora transitoria: microorganismos que están unidos débilmente a las manos y, en su mayoría, son los causantes de las infecciones asociadas a asistencia sanitaria.

Higiene de manos: término general que aplica tanto al lavado de manos como al lavado antiséptico de manos, la aplicación de antisépticos en manos, la antisepsis prequirúrgica de manos.

Lavado de manos: limpieza de manos con agua y jabón.

Definición de términos es tomada de CDC (2002), (siglas de 'Centers for disease control and prevention*').

8 Metodología

Este estudio se realizó por convocatoria pública, a través de los líderes de cada uno de los semestres de la jornada de la noche en los estudiantes de la Universidad Militar Nueva Granada, del programa de Administración de la Seguridad y Salud Ocupacional. El número de voluntarios se estableció por medio de muestreo por conglomerado que desarrollen una actividad laboral; un conglomerado es un subconjunto de la población que, en términos generales, posee una variabilidad parecida a la del global de dicha población respecto al carácter que estamos estudiando, esta división se realiza habitualmente atendiendo a divisiones geográficas, administrativas, o de otro tipo que resulten evidentes (Lic. en Ciencias Ambientales, 2008-2009).

Por otro lado, la recolección de datos estuvo basada en la metodología expuesta en Prater et al. otros (2015): se realizaron encuestas vía virtual (o a través de plataformas virtuales), donde se les preguntó acerca de su actividad laboral, sus condiciones de vida, la periodicidad y la importancia que le dan al lavado de manos.

En ese orden, con respecto a los criterios de inclusión, se determinó que la población debía pertenecer exclusivamente a la Universidad Militar Nueva Granada, al programa de Administración de la Seguridad y Salud ocupacional, de la jornada de la noche; no se definió un límite de edad ni el género. En los criterios de exclusión, se determinó que no podía pertenecer a otro programa de la Universidad Militar Nueva Granada, menos aún puede estar en la jornada de la mañana, y no debe ser población externa a la institución; tampoco se contemplaron profesores o trabajadores del lugar.

La encuesta está enfocada en la investigación de los hábitos del lavado de manos en la comunidad estudiantil de la Universidad Militar Nueva Granada, sede Bogotá, programa de Administración de la Seguridad y Salud ocupacional, jornada nocturna, fue diseñada por los autores del presente trabajo y valorada por los expertos María Fernanda Rojas, enfermera, y Liliana Rueda Torreyes, bacterióloga, ambas pertenecientes a la Fundación Cardioinfantil, quienes autorizaron por medio de una carta la aplicación de la encuesta propuesta (ver Anexo 2).

Ahora bien, con el fin de promover los hábitos eficientes del lavado de manos en la población estudiantil del programa de Administración de la Seguridad y Salud Ocupacional, sede Bogotá, se propuso la realización de una cartilla como material pedagógico de tipo deductivo, desde el enfoque de la comunicación, con el fin de formar e incitar a la concientización frente a la importancia del lavado de manos para la prevención de enfermedades gastrointestinales, desarrollando así habilidades y compromisos con lo colectivo.

Cabe resaltar que se ha comprobado que la higiene de manos salva vidas y es la forma más económica y efectiva de prevenir enfermedades. Los estudiantes son una de las poblaciones más vulnerables a enfermedades al estar en contacto constante con alimentos, materiales, transporte público, etc.; por tal motivo, es indispensable el adecuado lavado de manos para evitar el contagio de estas. Al lavarse las manos se eliminan bacterias y virus, en caso de que estos ya estén presentes en las manos, además, ese sencillo proceso interrumpe la cadena de transmisión de enfermedades tanto gastrointestinales como diarreica aguda, y también neumonía, enfermedades de la piel, parasitismo intestinal, etc.; por ende, se hace necesario promover la higiene de manos.

Actualmente, la OMS ha declarado una emergencia de salud pública de impacto internacional provocada por el COVID-19, por tal razón, recomienda realizar lavado frecuente de manos de 30 a 40 segundos con agua y jabón, y si no se cuenta con dichos elementos, utilizar soluciones a base de alcohol al 70 % o 90 %. Por consiguiente, se hace mucho más necesario brindar educación y concientización acerca del lavado de manos a la población estudiantil

En cuanto al diseño de la cartilla, se buscó tanto en lo escrito como en lo visual (lenguaje gráfico, imágenes y colores) que se hicieran atractiva al lector el documento. Como desafío, se tuvo que plasmar un lenguaje directo, coloquial y dinámico, que fuese, al mismo tiempo, sólido y consistente.

En un artículo publicado por la Dirección General de Epidemiología (DGE), se mencionó que el lavado de manos es una actividad ancestral y ayuda a reducir la ocurrencia o prevalencia de infecciones, porque las manos son la herramienta más común para contagiar infecciones. La piel tiene muchas funciones, como protección, excreción, regulación de la temperatura corporal, etc., pero además de estas características, también tiene flora residente y flora transitoria.

Del mismo modo, DGE también presentó algunas sugerencias de lavado de manos y métodos de implementación en este anuncio. Estas sugerencias son las siguientes:

Pasos para lavarse las manos

Antes de comenzar a lavarse las manos, se debe retirar todas las joyas de las manos y muñecas.

Retiro de todas las joyas

Los microorganismos pueden alojarse en las hendiduras de las joyas o las manillas. o elementos que tenga en la mano, la piel que está en contacto con dichos objetos se encuentra con un gran número de microorganismos infecciosos, por lo cual se hace necesario su retiro.



Figura 1. Retiro de joyas

Fuente: Adobe stock

Acérquese al lavamanos

Incline ligeramente el cuerpo hacia el lavamanos y adopte en una posición cómoda, mantenga una buena alineación corporal. Evite tocar el lavamanos para así evitar contaminar la ropa, pues suele haber muchos microorganismos alrededor, que se multiplica rápidamente en un ambiente húmedo.



Figura 2. Acercarse al lavamanos

Fuente: Adobe stock

Abrir el agua

A causa de las bacterias presentes en los grifos y al interior del lavamanos, estos se consideran contaminados. Usted puede abrir la llave del agua con sus manos, pero debe protegerlas después de haberlas lavado de la contaminación, utilizando una toalla de papel para cerrar la llave del agua si no se cuenta con un grifo por detección de movimiento.



Figura 3. Abrir la llave del agua

Fuente: Adobe stock

Humedezca las manos

Se hace necesario, como primer paso, humedecer las manos antes de aplicar el jabón, con el fin de prevenir irritaciones.



Figura 4. Humedecer las manos

Fuente: Adobe stock

Aplique jabón

Use jabón líquido, pero si se usa una barra de jabón, enjuague bien antes de devolverla a la jabonera luego de finalizar el lavado de manos, esta debe permitir que el jabón permanezca seco antes de volver a usarlo. Si accidentalmente deja caer la barra de jabón al piso durante el lavado, recójala, enjuáguela bien y regrese al paso anterior.



Figura 5. Aplicar jabón

Fuente: Adobe stock

Enjabonar las manos

Las manos deben lavarse durante 15 a 30 segundos, debe hacerse en toda la superficie de las manos incluyendo la muñeca.

Primer paso:

-Frote palma con palma



Figura 6. Frotar palma con palma

Fuente: Adobe stock

Segundo paso:

-Friccionar dorso y palma de la mano



Figura 7. Friccionar dorso y palma de la mano

Fuente: Adobe stock

Tercer paso:

-Friccione los espacios interdigitales incluyendo dedo pulgar



Figura 8. Friccionar los espacios interdigitales incluyendo dedo pulgar

Fuente: Adobe stock

Cuarto paso:

-Friccione pulpejos y uñas.



Figura 9. Friccionar pulpejos y uñas

Fuente: Adobe stock

Quinto paso:

-Enjuague las manos.

Mantenga las manos en alto debajo del agua hasta que se elimine todo el jabón.



Figura 10. Enjuagar las manos

Fuente: Adobe stock

Sexto paso:

-Séquese bien las manos, use toallas de papel

Deben secarse suave y cuidadosamente para evitar que se agrieten. La piel agrietada a menudo se rompe, lo que permite que las bacterias ingresen a su sistema.



Figura 11. Secarse las manos

Fuente: Adobe stock

Séptimo paso:

-Cerrar la llave del agua

Se debe utilizar una toalla de papel para cerrar la llave manual, desechar la toalla en la papelera.



Figura 12. Cerrar la llave del agua

Fuente:

-Si el lavado de manos se dificulta en algún momento, se puede recurrir a la higienización con soluciones a base de alcohol.

-Aplicar una cantidad considerable de gel o solución de alcohol.

-Repartir por toda la superficie de manos y dedos, en lo posible siga los pasos que utiliza habitualmente en lavado de manos.

-Frote hasta que la piel esté seca.



Figura 13. Higienizar con soluciones a base de alcohol

Fuente: Adobe stock

9 Resultados

Para el trabajo actual se estableció una muestra de 122 estudiantes, utilizando la metodología de muestreo por conglomerado, basado en una población de 265 estudiantes del programa de Administración de la Seguridad y Salud Ocupacional de la Universidad Militar Nueva Granada de la sede Bogotá (información suministrada por las estadísticas aproximadas de la dirección del Programa de Administración en la seguridad y Salud Ocupacional, UMNG, sede Bogotá), se difundió por medio digital, gracias a los líderes estudiantiles desde primer a octavo

semestre del programa, las personas que se abstuvieron de responder la encuesta fueron 143 estudiantes. A la muestra se les realizó una encuesta de 10 preguntas (ver Anexo 1), donde no se le preguntaron datos privados personales, únicamente se tomó como referencia de ponderación su edad y su cargo o actividad laboral que desempeñe, las preguntas restantes son relacionadas con el estudio.

Tabla 1. *Estudiantes matriculados ASSO sede Bogotá*

Semestre	Total estudiantes
I	0
II	31
III	32
IV	43
V	26
VI	40
VII	50
VIII	43
Total: 8 semestres	265

Fuente: elaboración propia con base en Univex 2020- Datos Aproximados

Tabla 2. *Estudiantes ASSO sede Bogotá que dieron respuesta a la encuesta*

Respondieron la encuesta	Total estudiantes
Se abstuvieron	143
La respondieron	122
Total	265

Fuente: elaboración propia con base en Univex 2020- Datos Aproximados

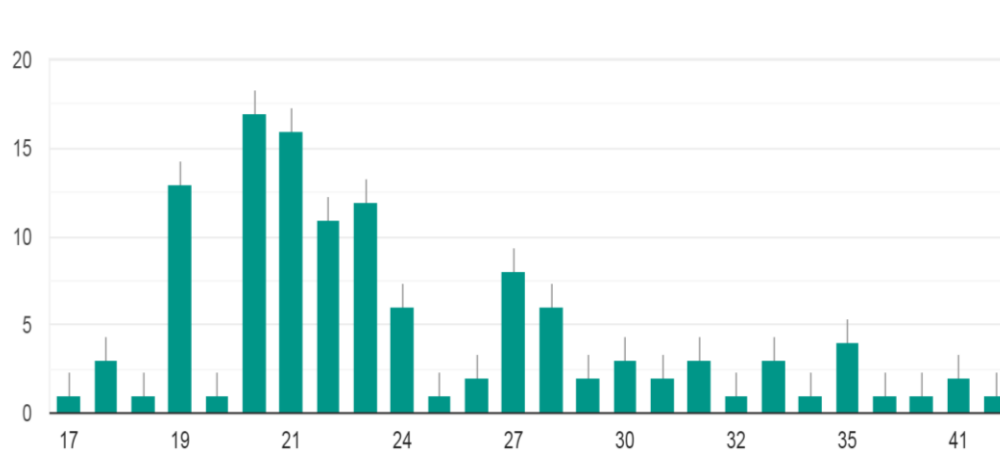


Figura 14. Promedio de edad de los encuestados

Fuente: elaboración propia

Como puede verse, la edad promedio de la muestra encuestada está entre los 17 y 51 años, sin embargo, la mayoría oscila entre los 19 y 23 años, lo que deja claro que se tienen más facilidad de acceso a la información relevante sobre el autocuidado y la higiene personal, esperando así que apliquen un adecuado protocolo de lavado de manos en todos los ámbitos donde convivan.

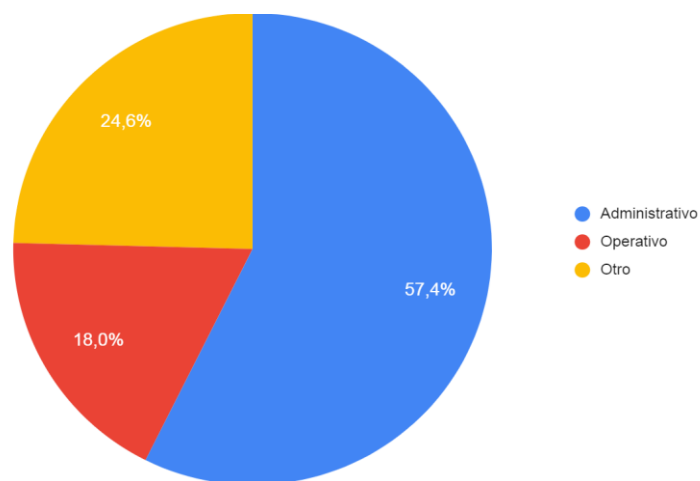


Figura 15. Cargo laboral que ocupan

Fuente: elaboración propia

La primera pregunta de la encuesta fue: ¿Cuál es su actividad laboral (trabajo) actual, o cual fue la última labor que desempeño? A lo cual, el 57,4 % respondieron que desempeñan cargos de tipo administrativo como, por ejemplo, gerentes de operaciones, auxiliares administrativos, secretarías y practicantes universitarios, entre otros; esto permite afirmar que dentro de sus responsabilidades como trabajadores se encuentra procurar el cuidado integral de su salud, tal como lo dice en el artículo 2.2.4.6.10 numeral 1 del Decreto Único Reglamentario del sector trabajo 1072 de 2015.

Se debe indicar que el 18 % de los encuestados manifestaron desempeñar cargos de tipo operativo, por ejemplo, enfermeras, mensajeros, ayudantes mecánicos, entre otros; de igual manera que el porcentaje anterior, dentro de sus responsabilidades como trabajadores de una entidad legalmente constituida y con un adecuado Sistema de Gestión de Seguridad y Salud en el Trabajo, es procurar por su bienestar integral, dado que sus empresas se encargan de capacitar y entrenar en estas técnicas, como lo mencionado en el trabajo actual, el adecuado lavado de manos para evitar el desarrollo de diferentes enfermedades.

Por último, se tiene la categoría otros con un 24,6 %, los cuales son trabajadores de tipo independientes o informales, como fotógrafos, músicos, comerciantes o conductores en plataformas de movilidad, lo que permite evidenciar que pueden llegar a tener desconocimiento acerca de los reglamentos y normativas en seguridad y salud en el trabajo, además de que no reciben ningún tipo de capacitación en los diferentes métodos de autocuidado.

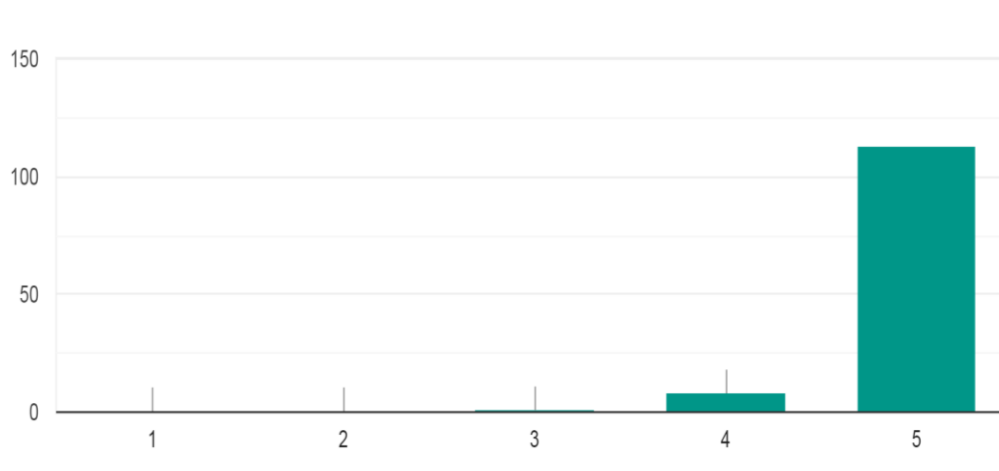


Figura 16. Importancia del lavado de manos en un rango de 1 a 5

Fuente: elaboración propia

La segunda pregunta de la encuesta fue: De 1 a 5, siendo 1 muy bajo y 5 muy alto, ¿qué tan importante es el autocuidado relacionado con la higiene personal? A esto respondieron un 92,6 %, la gran parte de la muestra, que le dio una importancia de 5, siendo muy importante para ellos la higiene personal y todos los cuidados relacionados, lo que permite observar que se prioriza actividades como el lavado de manos en su vida cotidiana. No obstante, esto no significa que tengan el conocimiento adecuado de cómo hacer un correcto lavado de manos, ni tampoco sepan en qué momentos se debe realizar dicha acción.

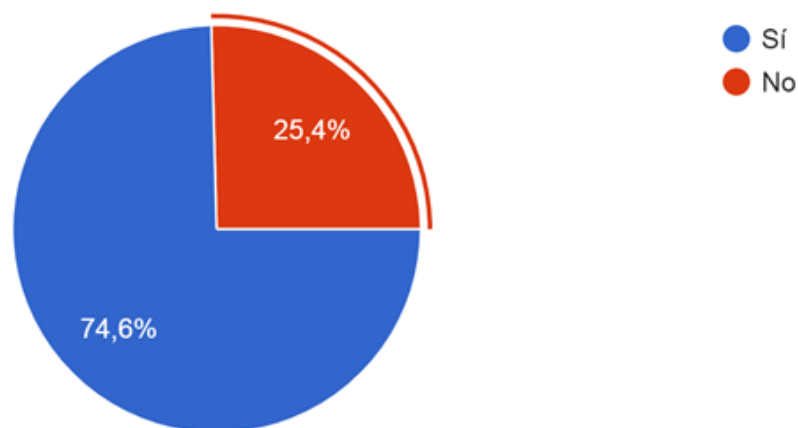


Figura 17. Conocimiento de protocolo de lavado de manos de la OMS instaurado en la UMNG

Fuente: elaboración propia

En la tercera pregunta, se indagó, ¿conoce usted el protocolo de lavado de manos según la organización mundial de la salud “OMS” instaurado en los baños de la UMNG?, a lo que el 74,6 % respondió que sí tenían conocimiento y el 25,4 % restante manifestaron no tener conocimiento del mismo, a pesar de que la mayoría conocen el procedimiento de la organización mundial de la salud para el adecuado lavado de manos, es evidente que hay un número considerable que no lo reconoce o no lo recuerda y por este mismo motivo no aplican de manera adecuada un buen procedimiento de lavado de manos.

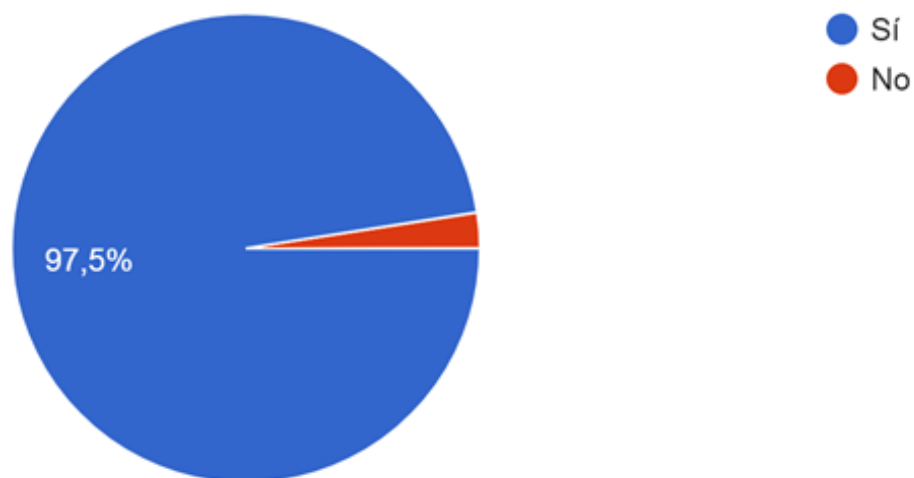


Figura 18. Lavado de manos después de ingresar al baño

Fuente: elaboración propia

La cuarta pregunta que se efectuó fue: ¿Se lava usted las manos después de ingresar al baño?, en la cual el 97.5 % de los encuestados respondió que sí lo hacen. Teniendo en cuenta que el baño es uno de los principales focos de virus y bacterias que afectan la salud del cuerpo humano, entre esas afecciones, las gastrointestinales; por este motivo, es indispensable, lavarse las manos adecuadamente, para mitigar el riesgo de adquirir una enfermedad causada por los virus que allí se encuentran, ya sea en el baño de la casa, o en un baño público que por ende tiende a tener un mayor riesgo de infección.

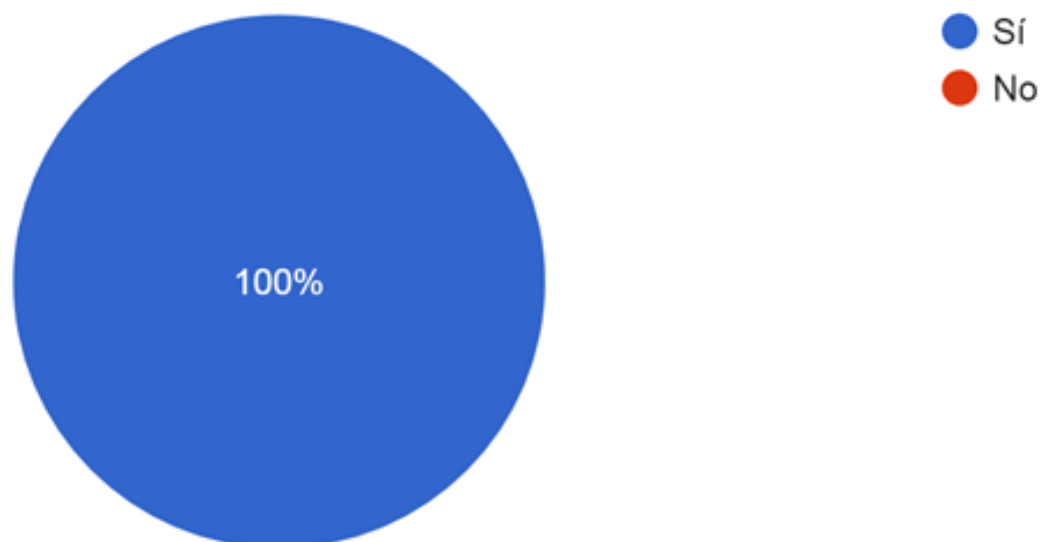


Figura 19. Uso de jabón al lavarse las manos

Fuente: elaboración propia

En la quinta pregunta se indagó: ¿Utiliza usted jabón al momento de lavarse las manos? A lo cual el 100 % de la muestra respondieron que sí lo hacía, empero, muchas veces no lo utilizan por falta de este insumo, en los baños de la universidad, dado que no todos los baños tienen disponibilidad de jabón para las manos, y hay que solo enjuagarse con agua.

Por otra parte, si pueden utilizarlo, pero si no realizan un buen procedimiento enjabonándose las manos al menos 20 segundos, el jabón y el lavado de manos no serán muy efectivos, para eliminar impurezas y bacterias.

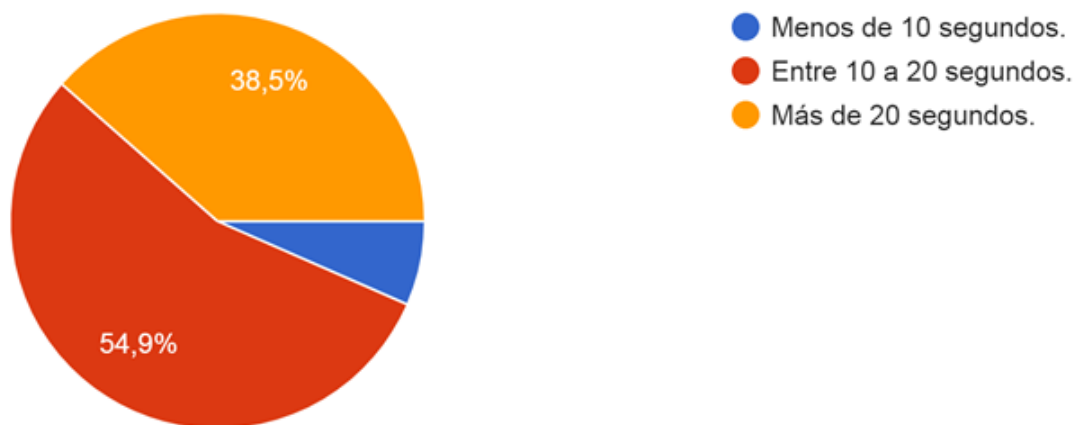


Figura 20. Tiempo de lavado de manos

Fuente: elaboración propia

En la sexta pregunta se cuestionó lo siguiente: ¿Cuánto tiempo toma usted en el lavado de manos?, en la cual el 54,9 % de la muestra respondió que entre 10 a 20 segundos, el 38,5 % respondió que más de 20 segundos y el 6,6 % restante manifestó que menos de 10 segundos; esto evidencia que la mayoría de las personas no toman el tiempo suficiente y establecido por la OMS, desencadenando que el lavado de manos sea deficiente y no sirva como método de prevención a infecciones por bacterias.

Muchas personas afirmaron que pierden tiempo si toman más de 20 segundos en el lavado de manos, algunos consideraron que enjuagarse las manos rápidamente con algo de agua retira impurezas y bacterias de las manos por completo.

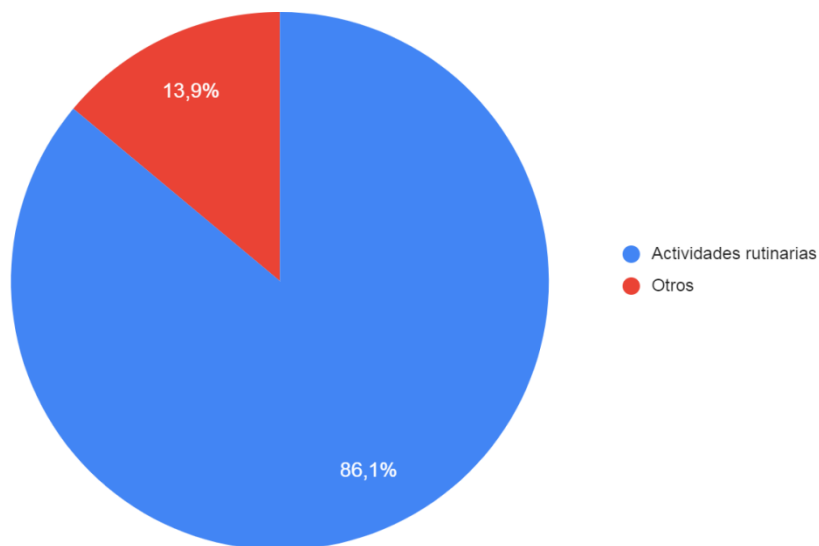


Figura 21. Después de qué actividades se lavan las manos

Fuente: elaboración propia

En la séptima pregunta se formuló: ¿Después de que actividades usted se lava las manos?, en la cual el 86,1 % de la muestra respondió con actividades rutinarias como después de regresar de la calle, después de utilizar transporte público y de manipular dinero, antes y después de ingerir alimentos, después de ingresar al baño, y el 13,9 % restante respondió que cada vez que las sienten sucias, cada hora, cada dos horas o cada tres horas, al ensuciarse las manos. Esto demuestra que una pequeña parte de la muestra no le pone relevancia a lavarse las manos después de los momentos claves denominados así por la OMS, los cuales son:

- Antes, durante y después de preparar alimentos
- Antes de comer
- Antes y después de cuidar a alguien en su casa que tenga vómitos o diarrea
- Antes y después de tratar una cortadura o una herida
- Después de ir al baño
- Después de cambiar pañales o limpiar a un niño que haya ido al baño
- Después de sonarse la nariz, toser o estornudar

- Después de tocar a un animal, alimento para animales o excrementos de animales
- Después de manipular alimentos o golosinas para mascotas
- Después de tocar la basura

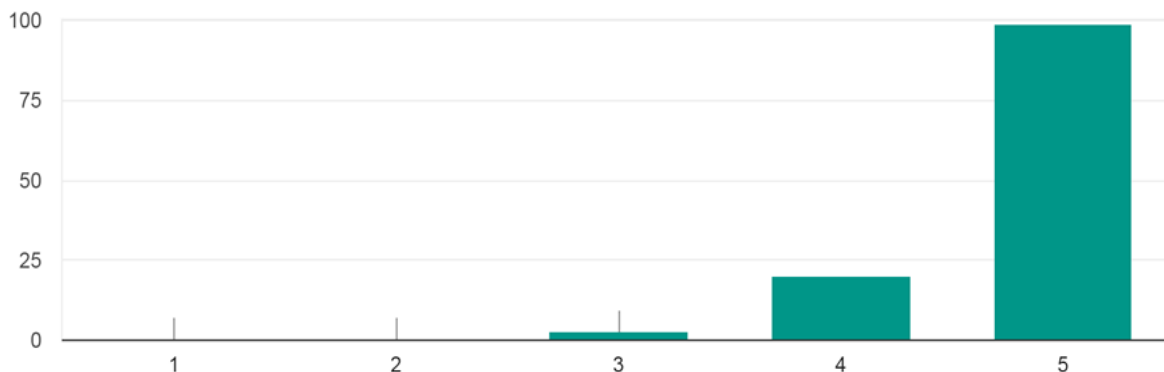


Figura 22. Importancia del lavado de manos en un rango de 1 a 5

Fuente: elaboración propia

La octava pregunta que se realizó fue: De 1 a 5, siendo 1 muy bajo y 5 muy alto, ¿qué tan importante es para usted el lavado de manos?, a lo que el 81,1 % respondió que 5, al ser muy importante el lavado de manos para ellos, el 16,4 % le dio menos importancia, otorgándole un rango de 4, y el 2,5 % restante le dio una importancia de 3. De esta manera, se puede inferir que para la población encuestada es prioritario el lavado de manos, aunque dicha prioridad no significa que lo hagan correctamente, o que lo hagan después de las actividades mencionadas.

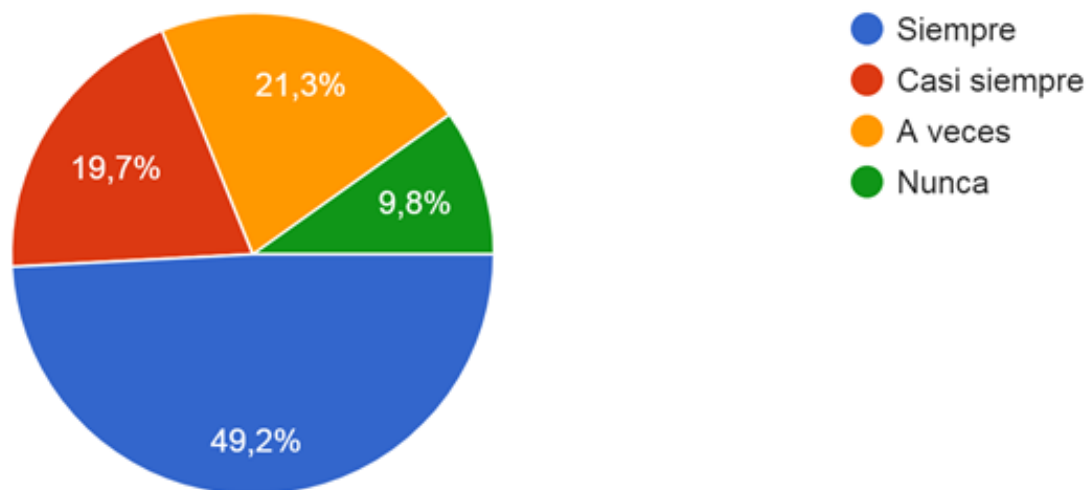


Figura 23. Retirarse elementos de las manos para un adecuado lavado

Fuente: elaboración propia

Frente a la novena pregunta realizada: ¿Se retira usted joyas, manillas, anillos y demás objetos de las manos para hacer un lavado de manos adecuado?, el 49,2 % de los encuestados respondió que siempre lo hacen, para poder hacer un mejor lavado de manos, y sin mojar sus objetos personales de las manos, el 19,7 % manifestó que casi siempre lo hacen, el 21,3 % dijo que a veces lo hacen, y el 9,8 % restante manifestó que nunca lo hace, ya sea porque se les olvida o porque no tiene elementos en las manos, como anillos o manillas.

Sin embargo, la mayoría de las personas manifestaron que esto los hace perder tiempo, que prefieren dejarse los elementos que tiene en las manos y lavarse las manos, por lo que es evidente que este tipo de elementos también son un foco y un portador de bacterias, que pueden llegar al organismo de la persona que los tenga; por este motivo, es mejor retirarlos lavarse las manos, y en lo posible limpiar estos elementos antes de ponerlos en las manos nuevamente.

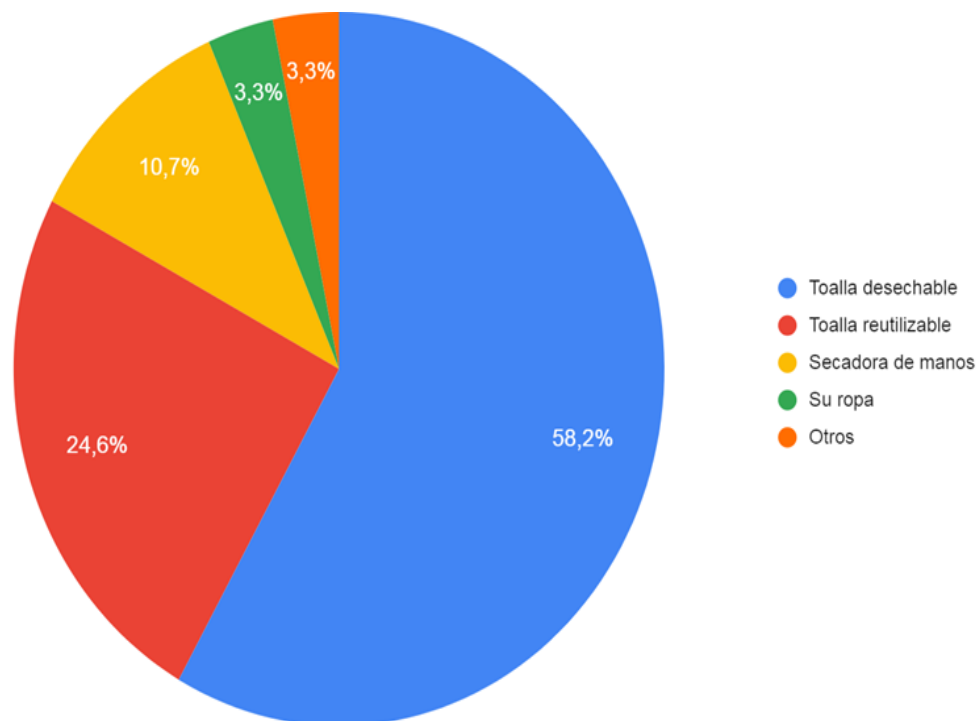


Figura 24. ¿Con qué seca sus manos después de lavarlas

Fuente: elaboración propia

En la décima y última pregunta que se formuló: Cuando finaliza el lavado de manos usted se seca con -donde se establecieron las variables- Toalla desechable, Toalla reutilizable, Secadora de manos, Su ropa, Otros; a lo cual, el 58,2 % contestó que usan toalla desechable después del lavado de manos, es la más recomendada, dado que estas toallas terminan de limpiar las impurezas, se llevan el exceso de agua en las manos y no guardan humedad; el 24,6 % aseguró que utilizan toalla reutilizable, que es la de tela que normalmente se tiene en la casa, sin embargo, puede que el uso constante de esta genere un foco de bacterias por la humedad que guarda, además de las impurezas y la suciedad; el 10,7 % utiliza secadora de manos, este también es un método recomendable, puesto que después del lavado de manos no entra en contacto con otros elementos, y se secan por medio de aire; el 3,3 % señaló que se secan con la ropa, y es la que menos se recomienda, dado que la ropa está expuesta a toda la polución

alrededor del ambiente, y por ende tendrá bacterias e impurezas que harán perder el proceso del lavado de manos; el 3,3 % restante manifestó otras opiniones, por ejemplo, dejan que se seque al aire del ambiente, otros utilizan pañuelos desechables que también es un buen método de secado de manos.

De aquí se puede inferir que las personas utilizan el método con la que cuentan en el momento y la situación en que se encuentren, empero, hay personas que llevan pañuelos desechables que pueden ser muy útiles ante cualquier situación en que no haya una manera segura de secarse las manos.

10 Conclusiones

Como se menciona en este trabajo, lavarse las manos puede ayudar a prevenir infecciones gastrointestinales, pues de acuerdo a las investigaciones consultadas se puede observar claramente que los microorganismos más comunes en algunas infecciones se encuentran básicamente en las manos, ya sea de flora habitual o transitoria, se debe fomentar esta operación diaria.

Con base en los resultados obtenidos de la encuesta hecha a 122 estudiantes sobre lavado de manos, se puede inferir que las personas sí reconocen la importancia del lavado de manos en la vida diaria, y esta es una actividad prioritaria, sin embargo, se ha comprobado de alguna manera hay una falta de conocimiento de los procedimientos adecuados.

No obstante, a pesar de que aceptaron que es una prioridad, algunas veces está mal establecido entre sus hábitos comunes de higiene personal, debido a que consideran que es una pérdida de tiempo, de tal manera que no lo hacen después de los momentos clave, como lo sugiere la OMS.

De acuerdo con estos resultados evidenciados, es posible afirmar que el desarrollo de enfermedades de tipo gastrointestinal en las personas es posible a causa del mal lavado de manos, debido a que como lo mencionan los estudios que aquí se han citado, la proliferación de bacterias es más fácil si no se aplican métodos de prevención.

En el lavado de manos que se evidencia en la muestra sí hacen el uso de jabón, pero según protocolos actuales establecidos por la OMS, solo se enjuagan durante 10 a 20 segundos, y en dichos protocolos deben durar 20 segundos enjabonándose las manos, y luego enjuagar muy bien. Esto posibilita concluir, tomando en cuenta la investigación realizada, que los hábitos del lavado de manos en la comunidad estudiantil de la Universidad Militar Nueva Granada, sede

Bogotá, programa de Administración de la Seguridad y Salud Ocupacional, jornada nocturna, requiere un fortalecimiento por medio de la difusión de un protocolo específico y claro.

Ahora bien, es importante instruir a la población objeto de estudio por medio de una cartilla desarrollada como producto de la presente investigación, para su uso dentro de la comunidad estudiantil, a fin de que puedan conocer exactamente cómo aplicar de adecuadamente este sencillo hábito del lavado de manos, y la importancia tan vital que tiene para el cuidado de su bienestar integral y el de las personas con las que se convive, además para sensibilizar, porque las infecciones gastrointestinales son un problema de salud pública, por lo que se debe prestar más atención para limitar su aparición al máximo.

A través de esta investigación, esperamos contribuir con nuestros conocimientos adquiridos durante la carrera, proporcionando herramientas para ayudar y guiar a la comunidad estudiantil en hábitos saludables que permitan desarrollar la conciencia de prevención.

11 Referencias

- Asociación Colombiana de Infectología Capítulo Central. (2011). *Estrategia manos limpias, atención segura para instituciones prestadoras de servicios de salud de primer nivel de atención*.
<http://www.saludcapital.gov.co/sitios/VigilanciaSaludPublica/Todo%20IIIH/Estrategia%20Distrital%20Manos%20Limpias%20Atencion%20Segura.pdf>
- Bennett, J., Dolin, R., & Blaser, M. (2016). *Enfermedades infecciosas. Principios y práctica*. Madrid: . Elsevier.
- Centers for disease control and prevention. (2002). *Guideline for Hand Hygiene in Health-Care Settings*. CDC.
- Choukalas, C., Michelow, M., & Fitzsimons, M. (2019). *Occupational Safety, Infection Control and Substance Abuse* . Elsevier.
- Chusid, M., & Rotar, M. (2016). *Prevención y control de la infección*. Elsevier.
- Harriman, K., & Mascola, L. (2019). *Public Health Aspects of Infectious Disease Control*. Elsevier.
- Haslam, D. (2019). *Healthcare-acquired infections*. Elsevier.
- Hurtado, I., & Gálvez, N. (2015). Influencia del proceso educativo del lavado de manos en el conocimiento de las madres sobre prevención de procesos diarreicos de una comunidad urbano marginal en Chiclayo. *Revista Científica Salud & Vida Sipanense*, 2(1), 64-57.
- Lee, R., Leung, C., Kun Tong, W., Chen, H., & Lee, P. (2015). Comparative efficacy of a simplified handwashing program for improvement in hand hygiene and reduction of school absenteeism among children with intellectual disability. *Am J Infect Control*, 43(9), 907-912.

- Limíñana, R., Rey, A., Menargues, A., Castellano, C., Cintas, S., & Martínez, J. (2017). Propuesta de una unidad didáctica mediante indagación dirigida a niños de educación infantil para prevenir enfermedades a través de la higiene de las manos. *Enseñanza de las ciencias: revista de investigación y experiencias didácticas*, 0, 5247-5254.
- Prater, K., Fortuna, C., McGill, J., Brandeberry, M., Stone, A., & Lu, X. (2016). Poor hand hygiene by college students linked to more occurrences of infectious diseases, medical visits, and absence from classes. *Am J Infect Control*, 44(1), 66-70.
- Seguridad Biológica. (2010). *Guías de prevención, control y vigilancia epidemiológica de infecciones intrahospitalarias*. <https://seguridadbiologica.blogspot.com/2010/02/guias-de-prevencion-control-y.html>
- UMNG Col. (2016). *Universidad Militar Nueva Granada*.
<http://umngcol.blogspot.com/2016/02/la-universidad-militar-nueva-granada.html>
- Universidad Militar Nueva Granada. (s.f.). *Home*.
<https://www.universia.net/co/universidades/universidad-militar-nueva-granada.00139.html>
- Universidad Militar Nueva Granada. (s.f.). *Misión, Visión y Objetivos*.
<https://www.umng.edu.co/mision-vision-y-objetivos>
- Wikipedia. (s.f.). *Universidad Militar Nueva Granada*.
https://es.wikipedia.org/wiki/Universidad_Militar_Nueva_Granada
- Yang, C., Hu, J., & Tao, M. (2017). Effectiveness of a multifaceted intervention on improving the hand-washing skills and behaviors of migrant workers in Beijing. *Global Health Promotion*, 24(3), DOI: <https://doi.org/10.1177/1757975915601833>.

12 Anexos

Anexo 1. Encuesta

1. ¿Cuál es su actividad laboral (trabajo) actual, o cual fue la última labor que desempeño?

2. De 1 a 5, siendo 1 muy bajo y 5 muy alto, ¿qué tan importante es el autocuidado relacionado con la higiene personal?

3. ¿Conoce usted el protocolo de lavado de manos según la Organización Mundial de la Salud (OMS) instaurado en los baños de la UMNG?

Sí _____

No _____

4. ¿Se lava usted las manos después de ingresar al baño?

Sí _____

No _____

5. ¿Utiliza usted jabón al momento de lavarse las manos?

Sí _____

No _____

6. ¿Cuánto tiempo toma usted en el lavado de manos?

Menos de 10 segundos. _____

Entre 10 a 20 segundos. _____

Más de 20 segundos. _____

7. ¿Después de que actividades usted se lava las manos?

8. De 1 a 5, siendo 1 muy bajo y 5 muy alto, ¿qué tan importante es para usted el lavado de manos?

9. ¿Se retira usted joyas, manillas, anillos y demás objetos de las manos para hacer un lavado adecuado?

Sí _____

No _____

10. Cuando finaliza el lavado de manos usted se seca con:

Secadora de manos. _____

Toalla desechable. _____

Toalla reutilizable. _____

Su ropa. _____

Otra, ¿Cuál? _____

Anexo 2. Autorización de encuesta



Bogotá D.C, 8 de septiembre de 2020

Señores
Profesionales de salud.
Fundación Cardio Infantil.

Asunto: Revisión y aprobación de Encuesta de hábitos de lavado de manos en la comunidad estudiantil de la Universidad Militar Nueva Granada (UMNG).

Respetados señores:

En nombre de la Universidad Militar Nueva Granada en calidad de estudiantes, Nayiber Peña García y Sebastián Mateo Ordoñez Orjuela, solicitamos de su amable colaboración, para la revisión y aprobación de la encuesta de hábitos de lavado de manos en la comunidad estudiantil de la UMNG, la cual hace parte del trabajo de grado que estamos desarrollando, dicha encuesta será aplicada en una muestra de estudiantes de la UMNG, escogida por medio de muestreo por conglomerado.

Este Proyecto se ejecutará con el acompañamiento y supervisión en la planificación y organización por la docente Laura Constanza Vergel Vila.

Desde ya agradecemos su disposición y su colaboración, es muy importante para el éxito de nuestro trabajo de grado y para nuestra formación como Estudiantes Universitarios, y la finalización de nuestra carrera profesional.

Personal que aprueba la encuesta.

Nombre y apellido
MARIA FERNANDA ROJAS RADA

Firma

Profesión
Enfermera

LAIRIANA RUEDA TORREYES
Nombre y apellido

Firma

Profesión Bacteriologa.