



# 29. Fomento de la higiene

Last update: 2024-08-07

## Descripción general

La promoción de la higiene es un término utilizado para englobar una serie de estrategias destinadas a mejorar el comportamiento higiénico de las personas y prevenir la propagación de enfermedades. La promoción de la higiene permite a las personas actuar para prevenir las enfermedades relacionadas con el agua, el saneamiento y la higiene, movilizándolo e implicando a la población, sus conocimientos y sus recursos.

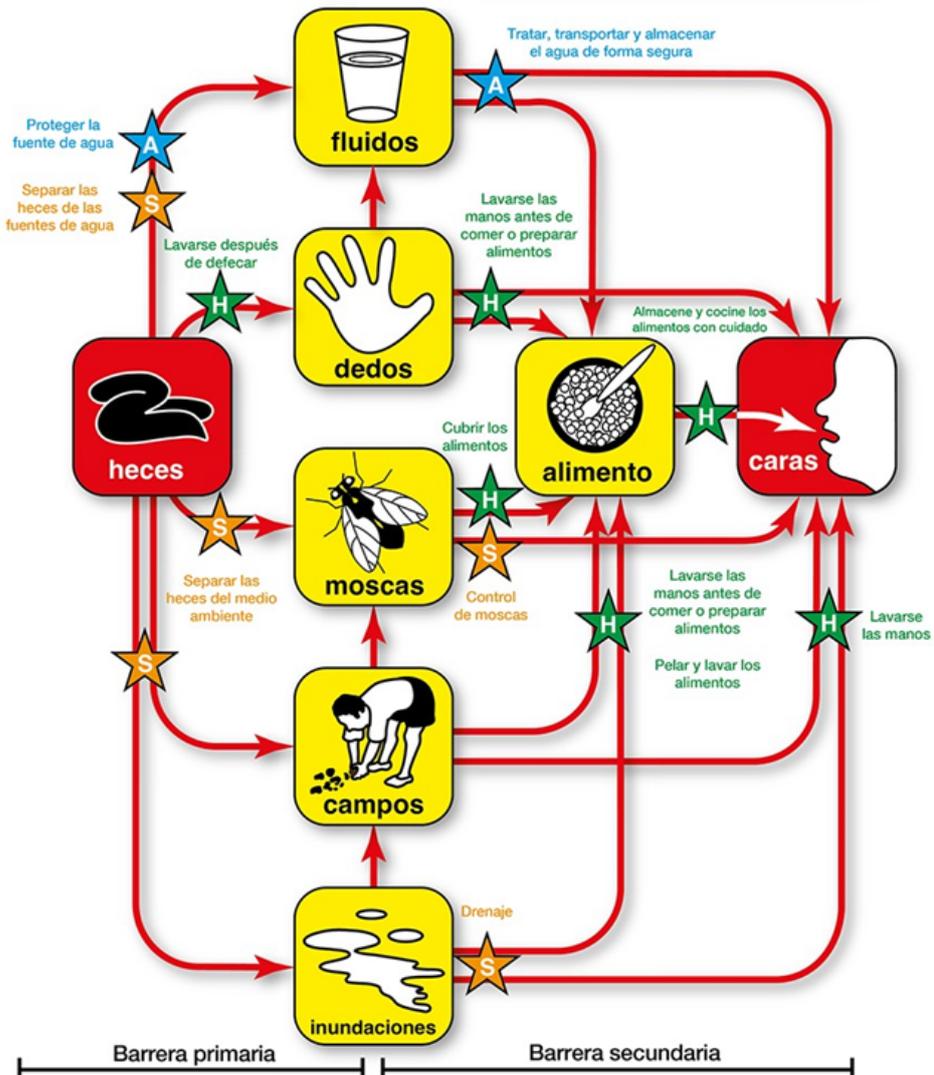
El enfoque de la promoción de la higiene se determina en función de los riesgos para la salud. Al crear una serie de barreras a la infección, el comportamiento higiénico tiene una influencia decisiva en la transmisión de enfermedades relacionadas con el agua y el saneamiento, como se muestra en el diagrama "f[1]":

# El diagrama "F"

El movimiento de los patógenos desde las heces de una persona enferma hasta el lugar donde son ingeridos por otra persona puede seguir muchas vías, algunas directas y otras indirectas. Este diagrama ilustra las principales vías que son fáciles de memorizar (en inglés) ya que todas empiezan por la letra "f": **fluidos** (agua potable), **alimentos**, **moscas**, **campos** (cultivos y suelo), **campos**, **dedos** e **inundaciones** (y aguas superficiales en general).

**A** AGUA  
**S** SANEAMIENTO  
**H** HIGIENE

Las barreras pueden detener la transmisión de enfermedades; pueden ser primarias (impiden el contacto inicial con las heces) o secundarias (impiden que las ingiera una nueva persona). Pueden controlarse mediante intervenciones relacionadas con el agua, el saneamiento y la higiene.



Nota: El diagrama es un resumen de las vías; otras rutas asociadas pueden ser importantes. El agua potable puede contaminarse por un recipiente de agua sucio, por ejemplo, o los alimentos pueden infectarse por utensilios de cocina sucios.

Fuente: McMahon, Glenda; Davey, Kay; Shaw, Rod (2020): P004 The F Diagram. Loughborough University. Poster. <https://doi.org/10.17028/rd.lboro.12738692.v1>

## Qué hacer y cómo hacerlo

### Entender a la comunidad

1. Familiarizarse con las formas en que la gente recolecta agua, almacena alimentos y agua, se deshace de la basura, se lava y utiliza las letrinas.

- Identifique los lugares clave donde la higiene es importante, no sólo a nivel individual, sino también comunitario, como mercados, escuelas, restaurantes o iglesias. Averigüe si puede colaborar con ellos para promover buenas prácticas de higiene.
  - Podrías organizar una sesión sobre higiene para alumnos o profesores o ayudar a los vendedores del mercado a construir un lavamanos y una letrina exterior para los usuarios.

2. Converse con los miembros de tu comunidad sobre la higiene.

- Incluir a mujeres, líderes comunitarios, cuidadores y responsables de la toma de decisiones.
  - Asegurarse de que entienden que una buena higiene es importante y puede detener la propagación de enfermedades.

3. Sea un modelo para los demás en la comunidad. Utilice letrinas limpias, tire la basura y lávese las manos a menudo.

***Promover mensajes de higiene en la comunidad***

Normalmente, las cuestiones clave que hay que abordar son las siguientes. Haga clic en las tarjetas de acción correspondientes para obtener la información que necesita:

- [Higiene alimentaria](#)
- [Agua doméstica limpia y segura](#)
- [Higiene personal y de las manos](#)
- [Saneamiento ambiental](#)
- [Control de moscas, mosquitos y otros vectores de enfermedades](#)

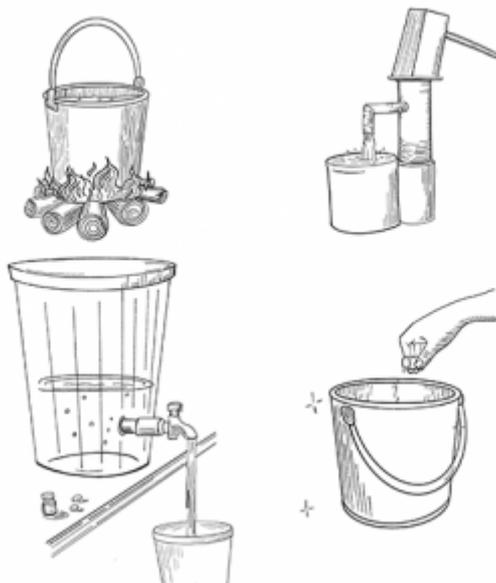
---

[1] Shaw, R. 2013. *The 'f' diagram - Landscape*. WEDC Graphics: Disease, Water, Engineering and Development Centre (WEDC): Loughborough University, UK.

# Mensajes comunitarios



04. Almacenar el agua adecuadamente



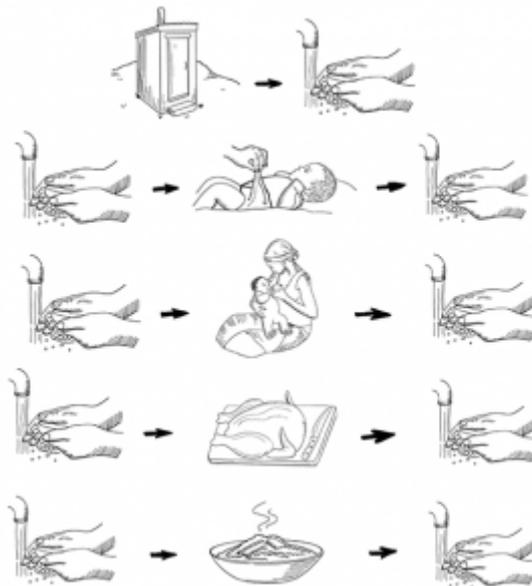
05. Usar agua potable limpia y segura



06. Usar una letrina limpia



08. Lavarse las manos con jabón



09. ¿Cuándo lavarse las manos?



11. Limpiando los lugares donde se crían los mosquitos



12. Buena higiene de los alimentos



13. Buena higiene personal



20. Recolectando y eliminando la basura