



UNIDAD DE COMUNICACIÓN SOCIAL
BOLETIN DE PRENSA 025/2026

Villahermosa, Tabasco, a 04 de Mayo de 2026

Lavado de manos: acción más económica, sencilla y eficaz para prevenir enfermedades

- El lavado constante de manos con agua y jabón puede prevenir casi la mitad de las defunciones por diarrea y una cuarta parte de las muertes por enfermedades respiratorias agudas, de acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (OPS).
- Esta acción debe durar entre 40 y 60 segundos cuando se utiliza agua y jabón, y entre 20 y 30 segundos cuando se usan desinfectantes con alcohol al 60 por ciento.

En la actualidad, la higiene de manos es considerada la medida de prevención más importante para evitar la transmisión de enfermedades causadas por microorganismos que podrían ser perjudiciales para la salud, incluidos virus, bacterias, esporas de hongos y parásitos.

En el marco del Día Mundial del Lavado de Manos, que se celebra este 5 de mayo, la Secretaría de Salud resaltó la importancia que tiene esta práctica en el cuidado de la salud, sobre todo porque representa la acción más económica, sencilla y eficaz para prevenir infecciones y detener la propagación de patógenos, que pueden poner en peligro la vida de la población, principalmente de niños menores de 5 años, adultos mayores y personas con enfermedades crónicas.

De acuerdo con la Organización Panamericana de la Salud (OPS), el lavado constante de manos con agua y jabón puede prevenir casi la mitad de las defunciones por diarrea y una cuarta parte de las muertes por enfermedades respiratorias agudas, dos de las principales causas de muerte en niños menores de 5 años.

Las enfermedades gastrointestinales provocadas por mala higiene actualmente representan un importante problema de salud pública en México, de acuerdo a la Dirección General de Epidemiología, hasta el 4 de abril de 2026, se tenían en el país, un registro de 146 mil 256 casos de Enfermedades Diarreicas Agudas (EDA) en niños menores de 5 años; ubicando a Tabasco en el cuarto lugar nacional por tasa de incidencia, solo por debajo de Zacatecas, Morelos y Durango; y por encima de la Ciudad de México.



UNIDAD DE COMUNICACIÓN SOCIAL
BOLETIN DE PRENSA 025/2026

Cabe señalar que cuando las personas se lavan las manos antes de comer, evitan que estos microorganismos ingresen al organismo; mientras que el lavado de manos después de ir al baño ayuda a eliminar microbios y bacterias como la Salmonella y E. coli, causantes de enfermedades diarreicas agudas.

El lavado de manos debe durar entre 40 y 60 segundos cuando se utiliza agua y jabón, y entre 20 y 30 segundos cuando se usan desinfectantes con alcohol al 60 por ciento.

Para un lavado correcto de manos, la persona debe mojarse las manos con agua, aplicar jabón para cubrir la totalidad de las manos, frotar palmas, dedos, nudillos, pulgares y uñas. Posteriormente, enjuagar y secar con un paño limpio o toalla de un solo uso.

---oo0oo---

