



Foto: Mike Webb, Tear Fund

HABITOS DE HIGIENE

por Paul Dean

LA PROVISION DE AGUA POTABLE y el estímulo para que la gente construya letrinas deberían ser suficientes para asegurar la buena salud. No hay duda que en el pasado la gente pensaba que esto era así. Sin embargo, una evaluación de un programa de agua y saneamiento llevado a cabo por el Ministerio de la Salud de Botswana (UNICEF), aunque trajo muchos beneficios positivos, mostró los siguientes resultados de interés:

- Las aguas que estaban limpias en sus fuentes llegaban altamente contaminadas a los grupos familiares que las consumían.
- Los grupos familiares que adoptaban las letrinas de pozo mejoradas (véase la página 12) continuaban con una elevada incidencia de diarrea.
- Aproximadamente el 75% de los varones que tenían letrinas en sus viviendas continuaban orinando en los matorrales.
- Aproximadamente el 75% de los niños con letrinas en sus viviendas no las usaban.

Se descubrió entonces que cerca del 85% de los grupos familiares que habían construido letrinas de pozo mejoradas no habían recibido ningún tipo de información sobre educación sanitaria, ya sea antes, durante o después de la construcción. Esto podría ayudar a explicar algunos de los resultados.

La bicicleta en la letrina

Varios estudios indican que las letrinas se usan como despensas, para guardar bicicletas u otros objetos en vez de usarse como servicios. Esto puede deberse a que

no se dieran consejos sobre cómo y por qué utilizar la letrina al momento de su construcción, al igual que en el proyecto de Botswana que se mencionó con anterioridad. Gran parte del dinero y de la energía que se volcaron en el proyecto, tanto por parte de los miembros de la comunidad como por parte de los integrantes del equipo de trabajo, se habrá desperdiciado.

Muy pocos permitirían que un niño use una bicicleta sin cerciorarse primeramente que sea capaz de andar en ella. Si yo le doy algo a alguien, normalmente me aseguro primeramente de que sea capaz de usarlo; de no ser así, se lo enseñaría.

Comprender el por qué

Pero puede que eso tampoco sea suficiente. A veces es importante saber **por qué** debemos hacer algo además de **cómo** hacerlo. Esto es particularmente importante cuando resulta difícil establecer la relación entre los resultados de nuestros actos y su causa. El entender que mis excrementos contienen sustancias que pueden perjudicarme a mí y a los que me rodean y que debo eliminarlos con cuidado y lavarme las manos inmediatamente después no es tan evidente.

Del mismo modo, puede resultar difícil entender por qué debo mantener limpio el recipiente que utilizo para recoger el agua, por qué no debo beber directamente del utensilio con el que saco agua del depósito y por qué debo cubrir el depósito cuando no está en uso. No se nota ninguna diferencia en el agua aun si no hago estas cosas.

Por lo tanto, el **conocimiento** no es necesariamente suficiente para resolver un problema. Este necesita además redundar en un cambio de **hábitos**, lo que generalmente requiere un cambio de **actitud** hacia la situación.

El ciclo del contagio

Las cifras de UNICEF citadas en el artículo de la página 1 demuestran la importancia del saneamiento y de la higiene para detener el ciclo del contagio. Esto se debe a que muchas de las infecciones que causan las diarreas tienen relación con un saneamiento deficiente y con los malos hábitos de higiene.

El diagrama que sigue muestra los conductos principales a través de los cuales las enfermedades pasan de una persona a otra. Por lo tanto, el desecho sanitario de los excrementos, el lavarse las manos después de defecar y antes de manipular alimentos o beber agua son actividades muy importantes.

La diarrea, la disentería, la fiebre tifoidea, muchos tipos de lombrices intestinales, la bilharziosis, el scabies, el tífus y el tracoma (una infección ocular) pueden también

Cómo se contagian las enfermedades





reducirse mediante la higiene personal y el saneamiento. Las actividades para mejorar estos hábitos deben formar parte de todo programa de agua y saneamiento.

Prioridades de la localidad

Sin embargo, las condiciones culturales y económicas pueden dar por resultado que la gente tenga otras prioridades que les dificultan cambiar sus actitudes y hábitos. Al igual que muchas otras actividades del desarrollo, la educación higiénica debe ser pertinente y realista. No debe limitarse exclusivamente a dar a conocer y a promover las letrinas y el lavarse las manos. Es importante asegurarse de que la educación se adecúe a las preocupaciones y recursos de la gente de la localidad.

El discutir sobre cómo defecar u orinar en el agua o cerca de ella puede transmitir la bilharziosis tendrá sentido solamente en las regiones donde la bilharziosis es una preocupación. Tomar precauciones para que no hayan pequeñas cantidades de agua esparcidas por la casa en latas de conservas, neumáticos y frascos puede controlar la crianza de los mosquitos que transmiten el dengue, pero obviamente esto sólo ocurre en las regiones donde existen estos mosquitos.

El lavado de manos

Si el agua es escasa, será difícil lavarse las manos después de usar la letrina. El uso de un *mukombe* (*Paso a Paso 14*) o el bidón grifo (página 20) puede ser útil. Se ha comprobado que si no hay jabón o cenizas de leña, es mejor restregar las manos en el suelo antes de lavárselas que enjuagárselas solamente con agua. Es difícil hervir el agua para mejorar su calidad si escasean el tiempo y el combustible. Para la mayoría de las necesidades puede ser suficiente el simple método de exposición a la luz solar en tres recipientes (*Paso a Paso 1*).

Recipientes para el agua

Se debe estimular a la gente para que frieguen y enjuaguen los recipientes del

agua con agua limpia antes de volverlos a llenar. El agua potable se debe almacenar en frascos tapados y se debe utilizar una taza o un cucharón de mango largo para sacar el agua. Esto evitará que se contamine el agua al tocarla con los dedos. No se debe beber nunca directamente del cucharón.

La participación de todos

Los programas deben ser también participativos. Esto permitirá que todos discutan los problemas, prioridades y posibilidades existentes y que los trabajadores del programa descubran las prioridades, prácticas y preferencias de la localidad. Puede significar que se tengan que realizar reuniones y actividades educacionales que se adecúen a las pautas de trabajo locales, las tareas agrícolas o las

actividades sociales en lugar de hacerlo para la conveniencia del personal del programa. Por ejemplo, en algunos países, los más pobres a menudo no poseen tierras y tienen que cultivar la tierra ajena para ganarse la vida. Por lo tanto, puede que estas personas se pierdan las reuniones comunitarias y se vean aun más marginados si las horas de reuniones no se escogen con sumo cuidado.

Primordialmente, todo debería estar destinado a satisfacer las circunstancias de la localidad y dar por resultado cambios adecuados en la **práctica**.

Paul Dean trabajó durante siete años en Uganda con Tear Fund y es en la actualidad asesor de Infraestructura Rural e Ingeniería Civil.



DE LA DIRECTORA

CELEBRAMOS haber llegado a *Paso a Paso 30* con la inclusión de un índice y la inclusión, en este número solamente, de cuatro páginas adicionales. Esto nos permite reproducir materiales útiles (con algunos cambios) de los números 1 y 9, en tiempos en que nuestros lectores eran pocos.

En este número examinamos los tres temas relacionados del Agua, el Saneamiento y la Higiene. Actualmente se acepta que éstos deben ir de la mano para lograr efectivos progresos en la salud. Richard Franceys y Paul Dean han ayudado a proporcionar artículos e instrucciones prácticas en cada uno de estos aspectos claves. Se consideran los problemas tanto para las situaciones rurales como las urbanas. Mostramos cómo construir un tanque de agua para usar junto a la casa, la escuela, el centro de salud o la iglesia. (Estamos enterados a través de las cartas recibidas que algunos grupos siguieron con éxito las instrucciones para construir este tanque del *Paso a Paso 1*). En un número futuro incluiremos un breve artículo sobre la manufactura de recipientes de cemento que son ideales para usar en casa.

También examinamos la forma de entender y ayudar a cambiar la actitud de la gente mediante la educación higiénica; además hay un acertijo para establecer lo que la gente ha comprendido. Tenemos algunas ideas útiles para letrinas de bajo costo, particularmente el uso de plataformas. Sam Kayaga de la Corporación Nacional de Suministro de Agua y Alcantarillado de Uganda examina el por qué debemos pagar por el suministro de agua. Además hemos incluido algunas ideas sobre efectos visuales que pueden dar brillo a la enseñanza o el teatro.

Muchos lectores continúan enviando excelentes artículos sobre una variedad de tópicos. Estos se incluyen apenas se produce la oportunidad. Sin embargo, es difícil encontrar espacio para los artículos más largos que no se relacionan con ninguno de los temas que tratamos. Actualmente tengo tantos de estos artículos que utilizaremos el próximo número como 'seguimiento' para proveer la oportunidad de incluir una variedad de artículos de los lectores.

Isabel Carter