



BUONE PRATICHE

Mani pulite

Acqua e sapone il segreto per salvare milioni di vite

Un'abitudine davvero «salutare», ma non abbastanza praticata: basterebbe lavarsi bene per ridurre di oltre il 40% la mortalità per diarrea e del 23% per polmonite

CRISTIANA PULCINELLI
ROMA

PER SALVARE MILIONI DI VITE UMANE NON SERVONO SOLO SCOPERTE DA PREMIO NOBEL O APPARECCHIATURE COSTOSISSIME, A VOLTE BASTEREBBERO ACQUA CORRENTE E SAPONE. Ancora oggi - dicono i dati diffusi dall'Unicef in occasione della «Giornata per la pulizia delle mani» che si è svolta a ottobre - circa 2.000 bambini sotto i 5 anni muoiono ogni giorno a causa della diarrea. Mentre la polmonite uccide ogni anno 1,8 milioni di bambini nella stessa fascia d'età. Ebbene, se gli adulti si lavassero le mani con il sapone e le facessero lavare ai propri figli in alcuni momenti della giornata - in particolare prima di mangiare o cucinare e dopo essere stati in bagno - si potrebbe ridurre di oltre il 40% la mortalità per diarrea e di circa il 23% l'incidenza della polmonite e delle altre infezioni respiratorie acute.

Ma il problema non riguarda solo i più piccoli e neppure solo le abitudini familiari. L'Organizzazione Mondiale della Sanità (Oms), ad esempio, mette in guardia contro le infezioni ospedaliere che ogni anno colpiscono centinaia di migliaia di persone nel mondo. La maggior parte di queste infezioni nei paesi in via di sviluppo sarebbe evitabile se gli operatori sanitari si lavassero di più le mani. Acqua e sapone riducono infatti il numero di germi e quindi il rischio di trasmetterli. L'importante però è lavarle nel modo giusto. Seguiamo le regole dei Centers for Disease Control (Cdc) degli Stati Uniti: 1) bagnare le mani sotto l'acqua corrente, 2) applicare il sapone, 3) strofinare le mani l'una con l'altra per almeno 20 secondi senza dimenticare i dorsi, la pelle tra le dita e sotto le unghie, 4) sciacquare sotto acqua corrente, 5) asciugare con un asciugamano pulito o con una salvietta monouso o con il getto d'aria.

Il collegamento tra l'igiene delle mani e le infezioni contratte in ospedale non è nuovo. Era il 1847 quando il medico ungherese Ignac Semmelweis capì che la febbre puerperale che decimava le donne ricoverate negli ospedali europei e americani per partorire non era dovuta alla putrefazione dei fluidi prodotti dall'utero o ai gas velenosi presenti nell'aria, come sostenevano i suoi illustri colleghi, ma al fatto che gli stessi medici, dopo aver praticato le autopsie sulle donne morte, visitavano quelle vive senza lavarsi bene le mani e quindi trasmettevano l'infezione dalle une alle altre. Semmelweis venne licenziato, la sua teoria venne osteggiata dai medici dell'epoca che non ammettevano di essere trattati da «untori». Solo dopo più di quarant'anni la sua scoperta venne accettata e le misure di

igiene da lui ideate vennero applicate, ma nel frattempo Semmelweis era morto in manicomio.

Da allora molte cose sono cambiate. Oggi in occidente abbiamo reparti ad alto isolamento per evitare qualsiasi forma di contagio, ma in alcune zone del mondo la storia di Semmelweis ha ancora qualcosa da insegnare: un'indagine condotta recentemente in Nepal ha evidenziato come il corretto lavaggio delle mani da parte di madri e levatrici al momento del parto abbia ridotto la mortalità neonatale del 40-44%.

La stessa pratica igienica si è dimostrata efficace per la prevenzione del tracoma, un'infezione batterica degli occhi che può portare alla cecità e che colpisce circa 150 milioni di bambini nel mondo, e delle infezioni da ascariidi, vermi che si trovano nell'intestino di una gran parte della popolazione dei Tropici. Per quanto riguarda le infezioni respiratorie, studi sulla Sars suggeriscono che lavarsi le mani più di 10 volte al giorno può ridurre fino al 55% la diffusione del virus. Così come il lavaggio frequente e accurato delle mani previene dal contagio dell'influenza.

Eppure, spesso, la pulizia delle mani non è una pratica comune. Secondo quanto afferma l'Unicef, uno studio condotto in 11 Paesi di Asia e Africa ha rivelato che soltanto il 17% delle madri lava le mani ai figli con sapone dopo che sono andati in bagno. Appena il 13% delle madri si lava le mani prima di cucinare. La stessa indagine svela che il sapone, presente nel 95% delle famiglie, viene usato per lavare panni o stoviglie, ma non è ritenuto prioritario per l'igiene delle mani. Invece, il sapone è indispensabile: una ricerca effettuata in Inghilterra mostra che l'uso della sola acqua corrente riduce la presenza di batteri fecali sulle mani solo del 23%. Certo, il problema a volte più che la carenza di sapone è la carenza di acqua corrente, tanto che sempre i Cdc stilano una gerarchia di priorità: lavare le mani con acqua corrente e sapone; se non c'è acqua corrente, lavarle con il sapone e l'acqua disponibile al momento; se non c'è acqua per nulla, lavarle con una soluzione che contenga almeno il 60% di alcol.

Se poi si pensa che il discorso valga solo per i paesi in via di sviluppo, si sbaglia: migliorare è sempre possibile. Lo dimostra un'iniziativa condotta dall'Oms che ha riguardato anche l'Italia: una campagna per aumentare l'igiene delle mani nelle unità di terapia intensiva tra il 2007 e il 2008. Il risultato: nelle unità coinvolte nel nostro paese si è riscontrato un aumento del 15,3% nel mettere in pratica gli accorgimenti dell'Oms su come lavare le mani.

MUSICA : I concerti di Fabrizio De André in sedici cd P.22

VITE «VIRTUALI» : La dittatura della tecnologia ha «ucciso» il nostro prossimo P.23

CINEMA : Apre domani il Festival di Roma e nelle sale arriva «Argo» P.22 E 24