

Fuente: Expresiones UDLAP

Fecha: 6 junio, 2013

Hábitos de higiene

Autor: Dr. José Luis Sánchez Salas, Profesor del Departamento de Ciencias Químico-Biológicas, UDLAP.

La Secretaría de Salud del estado de Puebla reportó en 2010 cerca de 900 casos probables de fiebre tifoidea y alrededor de 200,000 casos de infecciones gastrointestinales. Estas cifras están relacionadas por alimentos y aguas contaminadas con diferentes patógenos. Existen varias razones por las cuales los alimentos se contaminan, pero la más frecuente es porque son alimentos que no sufren cocción como las ensaladas, salsas que usan ingredientes crudos, mariscos y aguas frescas. Si el problema es que cambian o pierden su sabor al cocinarlos, para disminuir la contaminación se deben lavar con agua limpia y adicionarles algún desinfectante como cloro, iodo o sales de plata que se venden en los supermercados.

Aunque existen normas de regulación sanitaria para el manejo y expendio de productos alimenticios, las cuales los establecimientos como restaurantes o cualquier otro expendio de comida deben acatar, la mayoría de las veces no se cumplen de manera adecuada produciendo, por consiguiente, casos de gastroenteritis u otras enfermedades relacionadas con la contaminación del agua o los alimentos. Otro problema que muchos etiquetan como falta de educación o cultura, es el lavado de manos después de ir al baño y antes de comer (en este tema incluiría lavarse las manos también antes de preparar alimentos). Mi punto de vista es que se debería etiquetar como un hábito el lavarse las manos antes de comer, cocinar y después de ir al baño.

Resulta que durante la epidemia de influenza H1N1 en el 2009, se incrementaron las medidas de seguridad sanitarias en lugares públicos, forzando a la gente a desinfectarse las manos para reducir el riesgo de transmisión del virus. El resultado fue que efectivamente se redujeron los casos de influenza pero al mismo tiempo también se redujeron los casos de gastroenteritis, indicando que la aplicación de este simple hecho cambia drásticamente la estadística de dicho mal. Lo cierto es que debemos seguir con campañas de lavado de manos, mejorar los procesos de preparación de alimentos, el uso del agua limpia y segura, asegurar la disposición de agua potable en establecimientos públicos para lavarse las manos, así como asegurar el cumplimiento de las normas oficiales para todos los expendedores que manejan alimentos, incluyendo los puestos de venta informal.

Tags: [Expresiones UDLAP](#)

Acerca del autor: el Dr. José Luis Sánchez Salas es Miembro del Sistema Nacional de Investigadores (SNI). Nivel I. Pertenece a las sociedades científicas American Society of Microbiology, American Society of

Tropical Medicine and Hygiene. Durante su vida como investigador ha estado involucrado en el estudio de La esporulación y germinación de *Bacillus subtilis*; Estudio de expresión diferencial de los genes de virulencia de *Entamoeba histolytica*; Aislamiento y modificación genética de bacterias con capacidad para degradar compuestos fenólicos de efluentes industriales para su uso en biorremediación de suelos y aguas contaminada; Procesos de desinfección de agua usando procesos de oxidación avanzada; Aislamiento de compuestos antimicrobianos de plantas medicinales y nanomateriales; Aislamiento y purificación de compuestos antiinflamatorios de plantas medicinales; Estudió su licenciatura en Químico Farcobiología en la Universidad Autónoma de Puebla (1980-1986). Realizó su Maestría en Ciencias con Especialidad en Microbiología en la Escuela Nacional de Ciencias Biológicas del IPN (1986-1990). Así mismo hizo su Doctorado en Ciencias con la misma especialidad en la misma institución pero su tesis de doctorado la realizó en el Departamento de Bioquímica del Health Center at the University of Connecticut, USA, obteniendo su grado en 1994. Trabajó como Investigador Adjunto en el CINVESTAV-IPN de 1993 a 1998. Cuenta con 32 participaciones en Congresos Nacionales 36 participaciones en congresos internacionales Director de 51 Tesis de Licenciatura. Director de 8 tesis de doctorado, 26 Tesis de Maestría 30 Publicaciones internacionales. Reconocimientos Becario de Maestría CONACYT 1987-1990 Becario de Doctorado CONACYT 1990- 1993 en la Universidad de Connecticut, Health Center. Evaluador de proyectos CONACyT Evaluador de Proyectos Fondos mixtos estatales del CONACyT Evaluador de proyectos científicos del CECyT del estado de Puebla, 1998-2010 Coordinador de posgrado de la Escuela de Ciencias 1998-2000, 2004-2006 Miembro del comité para la creación de la Licenciatura en Bioquímica Clínica (2005-2006) Miembro del comité para la creación de la Licenciatura en Ciencias de la Nutrición (2005-2006) Miembro del comité para la creación de las Licenciaturas en Medicina, Enfermería y Estomatología. (2006) Tres estancias de investigación internacionales. Actualmente es profesor investigador en la Universidad de las Américas Puebla desde 1998. Imparte diferentes cursos de Microbiología y Biotecnología Molecular en las licenciaturas de Biología, Ciencias Farmacéuticas Bioquímica Clínica, Médico Cirujano y Maestría en Biotecnología. Es miembro de la planta docente del Doctorado en Ciencias del Agua.