Plan de lección 21: Lavado de manos **50 minutos en total**

**Descripción de la lección**



Los participantes practicarán una buena técnica de lavado de manos y aprenderán cuáles son los momentos más importantes para lavarse las manos. Se discutirán las características clave de una estación de lavado de manos. Según el tiempo disponible, los participantes también pueden construir partes de una estación de lavado de manos.

**Objetivos de aprendizaje**



Cuando finalice esta sesión, los participantes serán capaces de:

1. Demostrar la técnica apropiada para el lavado de manos.
2. Enumerar los momentos críticos en los que hay que lavarse las manos.
3. Identificar las características clave de una estación de lavado de manos.
4. Opcional: construir partes de una estación de lavado de manos.

**Materiales**



* Papel de rotafolio
* Cinta adhesiva
* Marcadores
* Materiales locales para una demostración del lavado de manos (por ej., cuenco, agua, jarra, jabón)
* Cuaderno de actividades Diseño de sistemas de saneamiento

Opcional:

* Brillo o cúrcuma para la opción B de la introducción
* Materiales locales para construir las partes de una estación de lavado de manos
* Instrucciones para grifo Tippy Tap
* PowerPoint: Lavado de manos
* Video: It’s in Your Hands (Está en tus manos) (2:34 minutos, disponible en: <www.youtube.com/watch?v=Qdpd3roZjYw>)
* Computadora, proyector y altavoces

**Preparación**



* Repase el tema del Resumen técnico: Lavado de manos
* Investigue diseños y métodos de construcción de estaciones de lavado de manos
* Reúna los materiales necesarios para demostrar el método de lavado de manos adecuado
* Reúna los materiales necesarios para construir las partes de una estación de lavado de manos (por ej., grifo tippy tap)
* Escriba el título "*Momentos para lavarse las manos*" en un papel de rotafolio
* Escriba el título “*Diseño de estaciones de lavado de manos”* en un papel de rotafolio
* Opcional: imprima las instrucciones para el grifo tippy tap (1 por participante)
* Opcional: escriba los resultados del aprendizaje en un papel de rotafolio
* Si usa el PowerPoint: Lavado de manos
	+ Repase la presentación de PowerPoint.
	+ Imprima las notas de las diapositivas
	+ Verifique que el proyector funcione correctamente
	+ Prepare la presentación de PowerPoint en la computadora
* Si usa el video: It's in your hands (Está en tus manos)
	+ Deje preparado el video en su computadora para cuando lo necesite
	+ Compruebe que el proyector y los altavoces funcionen correctamente

**Introducción 5 minutos**

**Opción A:**

1. Pida a los participantes que extiendan las manos. Explique que acaba de abrir un grifo y que tienen que lavarse las manos. Pida a los participantes que hagan como si se estuvieran lavando las manos.
2. Pregunte a los participantes “¿Por qué es importante lavarse las manos?”
* *Para detener la propagación de patógenos y enfermedades.*
1. Presente los objetivos de aprendizaje o la descripción de la lección.

**Opción B:**

1. Colóquese un poco de purpurina o cúrcuma en la mano sin que los participantes se den cuenta.
2. Estreche la mano a todos y pídales que se den la mano entre sí, como si se encontraran en la calle o en una reunión de la comunidad.
* *Pídales que se miren las manos y la ropa y noten cómo la purpurina o cúrcuma se ha ido traspasando de persona en persona*
1. Pregunte a los participantes “¿Qué enfermedades pueden transmitir las personas cuando se dan la mano?”
2. Presente la descripción de la lección o los objetivos de aprendizaje.

**Opción C:**



1. Pida a los participantes que se den las manos con los demás participantes como si se encontraran en la calle o en una reunión de la comunidad.
2. Pregunte a los participantes “¿Qué enfermedades pueden transmitir las personas cuando se dan la mano?”
3. Presente la descripción de la lección o los objetivos de aprendizaje.

**Método para lavarse las manos de forma apropiada 10 minutos**



1. Pida a los participantes que extiendan las manos. Explique que acaba de abrir un grifo y que tienen que lavarse las manos. Pida a los participantes que hagan como si se estuvieran lavando las manos durante 20 segundos.
2. Utilice materiales de la zona para explicar y demonstrar los pasos para realizar un lavado de manos apropiado. Pida a los participantes que hagan los siguientes pasos al mismo tiempo que usted.

1. *Mójese las manos con agua corriente limpia (caliente o fría) y aplique jabón.*

*2. Frótese las manos para hacer espuma y restriéguelas bien; asegúrese de frotar el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.*

*3. Continúe frotándose las manos durante al menos 20 segundos.*

*4. Enjuáguese bien las manos debajo del agua corriente.*

*5. Séquese las manos con un trapo limpio o séquelas al aire.*

1. Pida a los participantes que le sugieran qué se podría utilizar si no tuvieran jabón.
* *Tierra, lodo, ceniza y otros materiales en donde la fricción ayudara a eliminar la suciedad y patógenos (p. ej. desinfectantes de manos)*
* *Lavarse las manos con agua es bueno; lavarse las manos con lodo, tierra o ceniza es mejor y lavarse las manos con jabón es lo mejor*
1. Explique que a la gente le puede resultar difícil acordarse de todos los pasos para lavarse las manos correctamente. Pida a los participantes que digan una forma divertida de ayudar a que las personas practiquen y recuerden estos pasos.
* *Por ejemplo, cantar una canción que dure unos 20 segundos, lo que es más o menos cantar el "feliz cumpleaños" dos veces seguidas.*

**Momentos críticos para el lavado de manos 10 minutos**



1. Pida a los participantes que identifiquen los momentos clave en los que deberíamos lavarnos las manos. Anote las respuestas en el rotafolio con el título "*Momentos para lavarse las manos*". Por lo general, hay varios momentos en los que se debe hacer, por lo que la lista podría ser muy larga.
* *Después de defecar*
* *Después de manipular las heces de un niño o limpiarle el ano*
* *Antes de cocinar*
* *Antes de alimentar a un niño*
* *Antes de comer*
1. Pida a los participantes que voten los dos momentos más críticos en los cuales lavarse las manos nombrados por los investigadores en Bangladesh. Los participantes pueden votar en secreto levantando un dedo a la altura de su pecho.
* *Después de defecar*
* *Antes de cocinar*
1. Discutan cómo podría ser más efectivo y cómo podría tener un mayor impacto promover que haya un menor número de momentos críticos para lavarse las manos.
* *El lavado de manos en un momento crítico sería una gran mejora en muchas situaciones*
* *Pocos programas han tenido éxito en la promoción del lavado de manos en cinco momentos*
* *Cada momento crítico es muy diferente*
* *El mensaje puede ser confuso si se promueven varios momentos críticos a la vez, por lo que se debe mantener un mensaje simple y que sea fácil de recordar.*
1. Pregunte a los participantes: si el lavado de manos es tan importante, entonces ¿por qué no lo hace todo el mundo?
* *El lavado de manos se trata del comportamiento; el cambio de prácticas de lavado de manos implica una modificación en la conducta.*
1. Diga a los participantes que el cambio de comportamiento se discute con mayor profundidad en el taller de implementación de proyectos de letrinas.

**Diseño de estaciones de lavado de manos 15 minutos**



1. Use el PowerPoint: Lavado de manos para mostrar diferentes diseños. Si no usa el PowerPoint, diga a los participantes que pueden consultar las ilustraciones de las estaciones de lavado de manos que se encuentran en el Resumen técnico: Lavado de manos.
2. Opcional: muestre el video “It's in your hands” ("Está en tus manos").
3. Pregunte a los participantes “¿Cuáles son las características clave de diseño?” Escriba las respuestas en el rotafolio “*Diseño de estaciones de lavado de manos*”*.*
* *Fácil de usar, jabón, agua corriente, usa poca agua, las personas no tocan la misma parte con las manos sucias/limpias, se toca lo menos posible, no ofrece un lugar de reproducción para mosquitos, replicable, usa materiales disponibles a nivel local*

**Opcional: construcción de estaciones de lavado de manos 45 minutos**

1. Explique que ahora construirán una parte de una estación de lavado de manos. Los participantes trabajarán de a dos. Deben ser creativos o copiar algo que hayan visto y les haya gustado.

Opcional si se construyen los grifos tippy taps: entregue los pasos de construcción.

1. Pida a las parejas que demuestren las estaciones de lavado de manos a los demás.
2. Después de cada demostración, pida a los participantes que compartan lo que les haya gustado acerca de la estación de lavado de manos y qué haría que la estación de lavado de manos fuera aún mejor.

**Repaso 10 minutos**



1. Explique a los participantes que ahora diseñarán su estación de lavado de manos. Pida a los participantes que vayan a la sección Lavado de manos de su cuaderno de ejercicios Diseño de sistemas de saneamiento. Dígales que tendrán 10 minutos para completar la hoja de trabajo.
2. Anime a los participantes a que discutan cualquier pregunta o desafío entre ellos o con usted.

**Reflexiones sobre la lección**