

HIGIENE

¿QUÉ ES LA HIGIENE?

A todas las medidas que se toman para preservar la salud, se las denomina higiene. Actualmente, son divulgadas por los medios de comunicación e inculcadas por padres, y maestros desde la escuela. Por ejemplo, se enseña a lavarse las manos antes de ingerir un alimento o luego de ir al baño, a lavarse los dientes, a asearse periódicamente, etc. Estas medidas que nos pueden parecer habituales, no siempre fueron tan conocidas ni cumplidas.

El concepto de higiene ha evolucionado con el paso del tiempo y el progreso de la ciencia. Primitivamente a las enfermedades se las relacionaba con cuestiones que nada tenían que ver con la ciencia. Por ejemplo, se creía que una persona estaba padeciendo porque había desagradado a un Dios.

Hoy en día, la ciencia nos permite dar fundamentos más racionales. Desde el descubrimiento de los microorganismos y los estudios en relación con las enfermedades, la higiene se ha elevado al rango de disciplina y su progreso ha permitido, en parte, aumentar la esperanza de vida.



Lavarse las manos.



Lavarse los dientes.

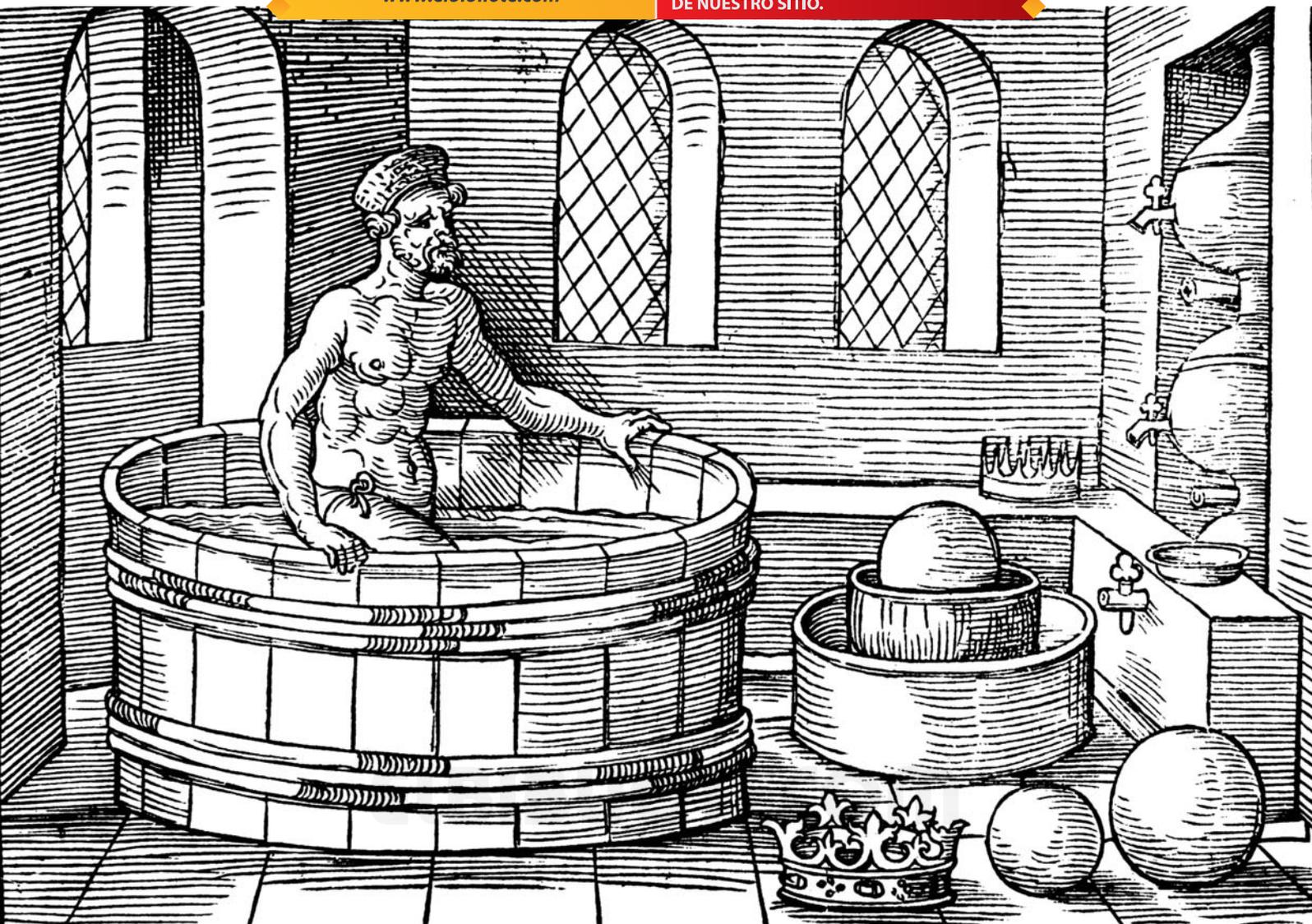
La ciencia nos permite dar fundamentos más racionales. Desde el descubrimiento de los microorganismos y los estudios en relación con las enfermedades, la higiene se ha elevado al rango de disciplina y su progreso ha permitido, en parte, aumentar la esperanza de vida.

¿CÓMO HA CAMBIADO ESTE CONCEPTO CON EL TIEMPO?

Es complicado explicar cómo fue evolucionando este concepto ya que no todas las culturas lo consideraron de la misma forma, además se trata de una noción que ha ido cambiando en consonancia con otras cuestiones de tipo cultural, religioso y científico. Veamos, a grandes rasgos, cómo fue mutando la idea de higiene.

Edad Antigua

La higiene, durante este período, estaba basada en la experiencia. Los mayores establecían, por ejemplo, que no se puede comer todo lo que cae en la mano. Acá tendríamos el origen de las primeras medidas de la higiene alimentarias.



Arquímedes fue un reconocido físico y matemático, entre otras profesiones, de la antigua Grecia, que mientras tomaba un baño descubrió como calcular el volumen de los objetos irregulares. Para esto observó que al ingresar a su tina el agua subía de nivel. Este razonamiento le sirvió para aplicarlo en el cálculo del volumen de la corona del rey, tarea que le habían asignado, para determinar si la corona estaba hecha realmente de oro. Planteó que la corona, al ser sumergida, desplazaría fuera del recipiente una cantidad de agua igual a su propio volumen. Emocionado por su descubrimiento, Arquímedes, salió por las calles desnudo gritando "¡Eureka!" ¡"Eureka!" que en antiguo griego quiere decir, ¡lo he encontrado! ¡lo he encontrado!

Los antiguos griegos y romanos se preocupaban bastante por este asunto, se hacían baños a temperatura variable, masajes, utilizaban enjuagues, fragancias. No sólo lo hacían porque intuían que de este modo cuidaban su cuerpo, sino que también lo entendían como un modo de purificación. Lo practicaban bajo los buenos auspicios de la diosa Higiene, protectora de la salud, de cuyo nombre deriva la palabra actual "higiene". Con el paso del tiempo, estas costumbres se extendieron hasta Oriente, donde los baños turcos se convierten en la actualidad en rituales de purificación religiosa, placer e higiene.

Edad media

Una actitud positiva hacia el baño fue lo que predominó en la Edad Media. El orinal, que ya se había popularizado durante la época de los romanos, sigue manteniéndose vigente, los baños públicos proliferan en las grandes ciudades españolas, se empiezan a utilizar las lavanderías y la gente comienza a arreglarse el pelo y a utilizar fragancias corporales.

Frecuentemente, las necesidades se realizaban delante de la gente y en los baños se usaban tinajas de madera con agua caliente en las que cabían dos o tres personas. Los baños no eran sólo para el aseo, sino que también eran el centro de rituales. Por ejemplo, los caballeros medievales, al ser nombrados, debían bañarse antes de la noche de oración en representación de la purificación.

La Iglesia mantenía una idea negativa del baño, sostenía que era una práctica lujosa, pecaminosa e innecesaria. Con el tiempo, los baños públicos terminaron perdiendo popularidad; pues comienza a pensarse que el agua es culpable de las epidemias. Entonces, la gente limpiaba sus cuerpos “en seco” y utilizaban el agua sólo para las manos y la cara.



Baño del Real Alcázar de Sevilla, de la edad media en España.



Antoine Labarraque, en el siglo XIX, desarrolló “El agua de Labarraque”, una solución de cloro y sodio en agua, hipoclorito de sodio; un potente desinfectante, desodorizante y blanqueador, conocido también como lejía o lavandina.

Renacimiento

Como veníamos viendo, la higiene experimentó progresos a lo largo de los años, sin embargo, en el renacimiento se produjo un retroceso porque aparecieron enfermedades inexplicables, como la sífilis, que se expandían a grandes pasos. Se culpó al agua de ser el medio transmisor y se instaló la idea de que una capa de suciedad protegía al cuerpo de enfermedades. Con una toalla limpia se frotaban el cuerpo, dejaban de usar agua y empezaban a focalizarse en la higiene de sus prendas. Si una persona era adinerada, debía tener su ropa reluciente y si una prenda era blanca, estaba bien visto que se haya vuelto oscura de la suciedad. Estos conceptos renacentistas se comenzaron a extender por occidente.

Hacia el siglo XVIII la ciencia progresa y lentamente se dan avances en materia de higiene: se instalan nuevamente letrinas colectivas en los hogares, se prohíbe tirar los desechos por la ventana y se implementan espacios exclusivamente para arrojar todo tipo de basura.

En 1774 se descubre el cloro en el marco de una investigación liderada por el químico sueco Carl Wilhem Scheele. Más tarde se evidenció que si esta sustancia era mezclada con agua, tenía la capacidad de blanquear los objetos. Finalmente, Antoine Labarraque descubrió que si el cloro se mezclaba con sodio, tenía acción desinfectante, de este modo, nació la lejía (lavandina).

Siglo XIX: la higiene es salud

En este siglo los procedimientos de higiene comienzan a mejorar notablemente porque se empieza a vincular este concepto con el de salud. El descubrimiento de los "seres invisibles al ojo humano", los microbios, es fundamental para agudizar la técnica de limpieza personal.

En varias ciudades se implementa una política de salud: se avanza en trabajos urbanos, se crean fosas sépticas, se construyen los primeros desagües y se comienza a hablar de higiene en las grandes urbes. Los congresos y las exposiciones sobre el tema fueron fundamentales para educar a la sociedad.

En 1847, Ignac Semmelweis comprueba que las medidas de higiene reducen la mortalidad causada por fiebre puerperal (después del parto) y el escocés Joseph Lister, basándose en los trabajos de Pasteur, utiliza la asepsia en cirugía.

Los profesionales de la salud explican el concepto o idea de higiene como un método de prevención de enfermedades. En aquel siglo proliferaba el cólera, la fiebre amarilla, el tifus y otras enfermedades mortales, por lo que la gente se comienza a interesar en estos conceptos. Se intentaba instaurar hábitos de higiene como lavarse las manos, asearse periódicamente, utilizar el jabón, etc. Hoy en día estos procedimientos se han vuelto costumbre pero en el siglo XIX eran considerados prácticas innovadoras.

Los médicos también empezaron a observar la higiene de las fábricas, los mataderos y otros centros de producción. Se llegó a la conclusión de que ciertas medidas de higiene, reducían notablemente la proliferación de enfermedades derivadas de estos centros.

En 1847, Ignac Semmelweis comprueba que las medidas de higiene reducen la mortalidad causada por fiebre puerperal (después del parto) y el escocés Joseph Lister, basándose en los trabajos de Pasteur, utiliza la asepsia en cirugía.

Siglo XX: la higiene en el plano internacional

En el siglo anterior se había engendrado la idea de crear una institución, de carácter internacional, para que regule cuestiones referidas a la higiene pública. En el siglo XX, esta idea se materializa con la creación de la oficina internacional de higiene pública en 1907. En 1946, esta oficina pasa a llamarse Organización Mundial de la Salud (OMS).

La noción de higiene comienza a introducirse en las escuelas y llega a todas las personas. De a poco, se van abandonando las viejas concepciones de salud y se empieza a concientizar sobre los peligros de la suciedad. Al mismo tiempo, la ciencia avanza y numerosas investigaciones descubren mecanismos de infección de enfermedades y métodos de prevención.

AVANCES DE LA CIENCIA EN LA SALUD E HIGIENE

1590: Se crean los primeros microscopios compuestos, en Italia y Holanda.

1674: Se hace la primera descripción de una bacteria. El descubridor fue el holandés Antony Van Leeuwenhoek quien los denominó animálculos, "pequeños insectos invisibles a simple vista".

1774: Carl Wilhem Scheele descubre el cloro.

1785: Claude Berthollet estudiando el cloro descubre su poder blanqueador.

1796: El inglés Edward Jenner descubrió la vacuna para combatir a la viruela que se había extendido en varios continentes.



Edward Jenner.