

Mejores hábitos del lavado de manos e interacciones de calidad para niños más saludables

ideas

42

Usando la innovación conductual para fomentar el bienestar físico y el desarrollo cognitivo de niños y niñas

Apoyar la salud de los niños incluye promover tanto el bienestar físico como el desarrollo cognitivo. Trabajamos con un laboratorio de impacto social en Perú con el objetivo de fomentar el lavado de manos constante para prevenir la diarrea, que puede ser mortal, y asegurar las interacciones de calidad entre los cuidadores y los niños para ayudarlos a desarrollar habilidades importantes para el futuro.

Resumen

Apoyar la salud física y el desarrollo cognitivo de los niños es importante para su salud y bienestar durante toda la vida. **Aporta**, el laboratorio de impacto social del Grupo Breca, lidera el proyecto Volar para fortalecer el desarrollo infantil temprano. **Aporta** e **ideas42** se asociaron para desarrollar soluciones enfocadas en dos comportamientos claves en el desarrollo infantil temprano y la salud: el lavado de manos en momentos críticos y las interacciones de calidad (IC) entre los cuidadores y los niños.

Estos dos comportamientos son críticos en Perú, donde más del 60% de los niños sufren de diarrea antes de los 5 años de edad resultando en **1600 muertes cada año**. El **90%** de estas muertes podrían ser prevenidas lavándose las manos con agua y jabón. Sin embargo, una infancia sana requiere no solo de buena salud física sino también de desarrollo cognitivo.

Los niños con altos niveles de desarrollo cognitivo **obtienen mejores resultados en la escuela, tienen tasas más bajas de desempleo y ganan mejores salarios**. Desafortunadamente, los niños de bajos recursos en el Perú tienen menores niveles de desarrollo cognitivo comparado a niños de mayores ingresos, perpetuando los ciclos intergeneracionales de pobreza. **Una mala salud y la falta de estimulación** en la infancia temprana pueden tener graves efectos perjudiciales para el desarrollo intelectual, un factor clave para el éxito más adelante en la vida. Interacciones de calidad como cantar y jugar durante los primeros años pueden ayudar a prevenir estos impactos negativos.

Teniendo en cuenta el gran impacto que el lavado de manos y la interacción de calidad con niños pequeños tienen en su salud y bienestar futuros, diseñamos un conjunto de intervenciones conductuales para abordar cada uno de estos desafíos en dos regiones de Perú, Ica y Puno. Recolectamos aportes sobre los prototipos de casi 200 cuidadores, niños y otros miembros de la comunidad para crear paquetes de diseño que sean de mejor utilidad para las comunidades priorizadas. Estos diseños actualmente están siendo pilotados por nuestro socio **Aporta**.

Highlights

- ▶ En Perú, el lavado de manos podría prevenir más del 90% de las muertes relacionadas con diarrea en niños menores de 5 años
- ▶ Los niños de bajos recursos en Perú tienen menores niveles de desarrollo cognitivo comparado a niños de mayores ingresos
- ▶ Las normas comunitarias son una herramienta de diseño efectiva para aumentar el lavado de manos y las interacciones de calidad

La importancia del lavado de manos

El agua, el saneamiento y la higiene inadecuadas son responsables de **más de la mitad de enfermedades diarreicas mundiales** y contribuyen a la desnutrición, el retraso del crecimiento, la anemia, el deterioro del desarrollo, y la muerte. Afortunadamente hay una solución simple: lavarse las manos con agua y jabón en **momentos críticos**, como antes de preparar la comida y después de usar el baño. Se ha demostrado que el simple hecho de lavarse las manos puede **reducir la incidencia de diarrea en la mitad**. Aún así, muchas personas no lo hacen.

En Perú, hay oportunidades de incrementar la frecuencia del lavado de manos en momentos críticos. Investigadores que han observado el lavado de manos han encontrado que solo **1 de cada 5** personas se lava las manos después de usar el baño. Las tasas de lavado de manos son aún más bajas antes de comer o de alimentar a un niño, donde **solo el 10% y el 6% de las personas se lavan las manos**, respectivamente.

Para identificar barreras conductuales en el lavado de manos en Perú, analizamos entrevistas y datos observacionales recolectados por nuestros socios en Ica y Puno, dos regiones en la costa y en la sierra, respectivamente.¹ A pesar de que la gran mayoría de padres saben que deben lavarse las manos y pueden identificar los momentos cruciales en los que deberían hacerlo, muchos confían en heurísticos erróneas para saber cuándo y cómo lavarse las manos. Por ejemplo, algunas personas creen que solo deben lavarse las manos cuando están visiblemente sucias. Otros se “limpian” las manos en su ropa o se las enjuagan únicamente con agua, removiendo la suciedad visible pero dejando los gérmenes invisibles. Estas conductas, en parte, pueden ser causadas por un modelo mental en el que las enfermedades se atribuyen principalmente a causas no microbianas, como el clima frío o teorías populares.

Otro obstáculo para el lavado de manos es la dificultad que existe en el acceso y uso del agua y las molestias causadas por el tiempo y la energía cognitiva que requiere el lavarse las manos. Muchos hogares en nuestras comunidades focales tienen acceso inconsistente al agua corriente y almacenan el agua en grandes cubetas fuera de la casa, haciendo su uso inconveniente en momentos críticos. Además, los beneficios de lavarse las manos no son inmediatamente sobresalientes por el tiempo que pasa entre el momento en que uno come con las manos sucias y el momento en que uno se enferma a causa de eso, por ejemplo. Como resultado, los cuidadores que no tienen el hábito de lavarse las manos no tienen un recordatorio prominente sobre la higiene de sus manos.

El lavado de manos en la Feria—y en casa

Juntos con nuestro socio Aporta, hemos desarrollado un paquete de diseños que tienen como objetivo abordar las barreras conductuales al lavado de manos en momentos críticos. Nuestros diseños se centran en una feria familiar celebrada en las plazas de los pueblos para familias con niños menores de 5 años. La feria incluye dramatización, actividades interactivas y juegos enfocados en la higiene de las

¹ El trabajo de campo cualitativo fue dirigido por el Dr. Matthew Bird de la Universidad del Pacífico en Perú e incluyó 40 entrevistas con madres, 5 grupos focales con madres y 19 observaciones de visitas domiciliarias.

manos. El evento promueve la importancia del lavado de manos, establece una nueva norma de que no lavarse las manos es socialmente inaceptable, destaca las consecuencias de no lavarse las manos y hace que el lavado de manos sea una experiencia más placentera y divertida. Muchas de las actividades son intencionalmente diseñadas para producir asco a la idea de no lavarse las manos, lo cual es una [herramienta poderosa para establecer reglas sociales](#).

Las ferias también incluyen un taller de fabricación de jabón donde los padres hacen su propia barra de jabón con aceites esenciales para agregar un aroma agradable e incluyen un pequeño juguete de su elección en el centro de la barra. El aroma es una mini recompensa que ayuda a establecer el hábito de lavarse las manos de la misma manera que la [introducción de menta en la pasta de dientes](#) ayudó a los estadounidenses a desarrollar el hábito de cepillarse los dientes. El juguete—que los niños encontrarán una vez que hayan usado toda la barra—motiva a los niños a lavarse las manos con frecuencia y se ha demostrado que también [aumenta el lavado de manos de los cuidadores](#). El día concluye con una demostración sobre la forma correcta de lavarse las manos y la oportunidad de sentir la satisfacción de tener las manos limpias. Los participantes que completan todas las actividades se inscriben en un sorteo para una pequeña canasta de regalo con artículos de higiene personal, como jabón y crema de manos, para enmarcar el lavado de manos como un pequeño lujo.

Otra parte del paquete de soluciones son los stickers recordatorias que se distribuyen a través de visitas domiciliarias facilitadas. Estos son recordatorios para lavarse las manos en momentos críticos y se colocan en las partes de la casa donde probablemente ocurrirían esas actividades críticas—la cocina, fuera de la letrina, en donde se sirve comida, por ejemplo.

El componente final del paquete de diseños son etiquetas de identificación y carteles informativos en restaurantes, centros de salud y otros establecimientos que señalan el compromiso de sus empleados a lavarse las manos. Estas promesas visibles envían el mensaje a los clientes y empleados de que el lavado de manos es importante. [Compromisos públicos](#) como estos utilizan la presión social para atraer la atención de otros hacia el comportamiento prometido y se ha demostrado que mantienen el cambio de comportamiento a largo plazo. Estas promesas también tienen el beneficio de solidificar la norma social de que todos se lavan las manos y, al mismo tiempo, permiten que la población objetivo tenga en mente el lavado de manos en los momentos más clave, como antes de comer.

Impactos a largo plazo de las interacciones de calidad entre padres y bebés …

En Perú, [las brechas en el desarrollo cognitivo](#) entre los niños de bajos y altos recursos contribuyen a la desigualdad económica y los ciclos de pobreza intergeneracional. Las interacciones de calidad (IC), como cantar, jugar y conversar, tienen [beneficios a largo plazo](#) en ayudar a los bebés a desarrollar habilidades cognitivas, socio-emocionales y de comunicación importantes. Estas interacciones, simples y frecuentes, cuando los bebés son pequeños pueden tener un impacto a largo plazo en el logro educativo e incluso en sus futuros ingresos. Estos beneficios posicionan a las IC como una [estrategia prometedora para el alivio de la pobreza](#).

Sin embargo, muchas familias no participan regularmente en estas interacciones con sus hijos pequeños por una variedad de razones. Para identificar las barreras conductuales a las IC en Perú, analizamos los datos de entrevistas y observaciones recopiladas por nuestros socios en Ica y Puno. Descubrimos que muchos cuidadores ocupados no tienen una idea de cómo y cuánto estimular el cerebro de sus bebés y, como resultado, creen que las IC son una tarea difícil que requiere mucho tiempo. Además, el concepto de las IC es desconocido, especialmente para referirnos a los bebés que aún no caminan ni hablan. Juegos y actividades que estimulan el cerebro de los bebés son considerados importantes para los niños mayores pero no para los niños pequeños y, consecuentemente, son fáciles de posponer.

Además, muchos cuidadores no tienen un modelo mental sólido de los beneficios de las IC en relación con el desarrollo cognitivo porque no le dan prioridad al desarrollo cognitivo de los niños pequeños. A menudo, los logros educativos de los niños mayores se combinan con el desarrollo cognitivo, mientras que cuando se trata de los niños más pequeños, son los logros físicos visibles en lo que se centran los padres y en lo que amigos, familiares y trabajadores de salud tienden a preguntar. Como resultado, el desarrollo cognitivo se percibe como menos importante que el desarrollo físico cuando se trata del bienestar de un niño pequeño. Dado que los cuidadores no reconocen la importancia del desarrollo cognitivo en los niños pequeños, tampoco consideran participar en más IC.

Haciendo el desarrollo cognitivo parte de la vida diaria

Para llegar a los cuidadores, estamos organizando un evento llamado Día del Aprendizaje Infantil. En el evento, cuidadores rotan alrededor de una serie de estaciones donde practican actividades simples, como cantar o contar historias. En cada estación se les pide a los cuidadores que planifiquen como incorporarán estas actividades en su rutina diaria.

Para motivar a que completen las actividades en cada estación, cada participante recibe un pasaporte con una página que explica cada actividad. Después de que el participante completa la actividad, puede obtener un sello en su folleto. Cuando todas las páginas del pasaporte tienen sellos, los participantes se inscriben a una lotería para ganar premios como juegos o rompecabezas que pueden ser utilizados para estimular a su bebé. Las loterías pueden ser una poderosa herramienta de motivación porque las personas tienden a **sobrepesar la probabilidad de eventos improbables**. Eso hace que las loterías sean una manera rentable de cambiar el comportamiento. Pero los participantes no tuvieron que ganar para obtener un premio: el pasaporte en sí también funciona como recurso de actividades de las IC que los padres pueden consultar más adelante en el futuro.

Como parte de un programa más amplio de visitas domiciliarias, agentes comunitarios de salud visitarán los hogares de las familias para ayudar a los cuidadores a construir una rutina factible de las IC e integrarla en su vida cotidiana. Para ayudar a desarrollar el hábito y hacer que las IC se sientan factibles para los cuidadores, desarrollamos un calendario de juguete con distintas imágenes y texturas para cada día (e.j. dos tomates, una oveja hecha de bolas de algodón, gente bailando). Los cuidadores podrán cantar una canción, un cuento o simplemente describir la imagen en el calendario a sus hijos diariamente.

Este diseño descompone la tarea desalentadora de las IC en un objetivo simple que se puede lograr de manera realista todos los días, **vinculando las IC con una sensación de cumplimiento que ayuda a mantener el hábito a largo plazo.**

Finalmente, **el uso de las radios es frecuente en nuestras regiones de enfoque donde alrededor del 80% de las familias tienen una radio.** Creamos spots de radio de un minuto al estilo de un anuncio de servicio público que ofrecen actividades de IC rápidas que los cuidadores pueden hacer mientras realizan otras obligaciones. Estos spots servirán como recordatorios diarios para que los cuidadores interactúen con su bebé y facilitarán la integración de las IC en las rutinas diarias a través de la promoción y la demostración de actividades concretas y fáciles a lograr. Los anuncios de radio también son una oportunidad para combatir el modelo mental de que los niños que no pueden hablar ni caminar no necesitan estimulación cognitiva, por ejemplo, al mostrar que otros padres están interactuando de manera de calidad con sus bebés.

Hallazgos y próximos pasos

Mejorar el lavado constante de las manos y las interacciones de calidad entre los cuidadores y los niños pequeños en Perú, aunque puedan parecer problemas muy diferentes, pueden beneficiarse de diseños similares que establecen normas comunitarias para fortalecer el comportamiento. Para aumentar el lavado de manos y las IC, ambos requieren una fuerte intención y comportamientos regulares y repetidos. Como resultado, el mecanismo de la intervención de cada uno es comparable: ayudar a las personas a crear una intención y formar un nuevo hábito.

Las múltiples rondas de pruebas de usuario que hicimos ayudaron a aclarar el contexto de implementación y la respuesta a los prototipos que nos ayudaron a adaptar los diseños para servir mejor a la comunidad objetivo. Un hallazgo clave fue que los eventos comunitarios en las plazas de los pueblos eran un canal popular para cautivar a los cuidadores que, a menudo, hacen mandados alrededor de la plaza. A pesar de este hallazgo, descubrimos que necesitamos incentivos adicionales para mantener a los participantes involucrados en todo momento. Los pasaportes se desarrollaron para satisfacer esa necesidad y tuvieron una respuesta positiva con los cuidadores que ya están acostumbrados a sellar los registros médicos.

Además, existe una fuerte cultura de superación y crecimiento en nuestras comunidades objetivo. Estructurando las IC como una inversión en el futuro de los bebés tuvo una respuesta positiva, y los diseños que podrían facilitar el espíritu emprendedor fueron particularmente bien recibidos. Por ejemplo, los propietarios de restaurantes apreciaron los identificadores personales y los afiches que anuncian el lavado de manos porque mejoraría la percepción del cliente sobre el negocio.

Un piloto para evaluar la factibilidad de estas intervenciones está en curso. Esperamos compartir esos resultados y desarrollar nuevas ideas sobre cómo fomentar el lavado de manos y el desarrollo cognitivo con el fin de preparar a los niños para una vida próspera a largo plazo.