

Relación entre los hábitos de higiene y la incidencia de infecciones respiratorias agudas en preescolares

Relationship between hygiene habits and the incidence of acute respiratory infections in preschool children

<https://doi.org/10.47606/ACVEN/MV0272>

Nagely Betzabeth Martínez Mendoza^{1*}

<https://orcid.org/0009-0002-8406-2825>
nmartinezm@unemi.edu.ec

Angie Lisbeth Realpe Anchundia¹

<https://orcid.org/0009-0007-1778-0292>
arealpea@unemi.edu.ec

Camila Elizabeth Casco Astudillo¹

<https://orcid.org/0009-0006-0936-2464>
ccascoa@unemi.edu.ec

Mauricio Alfredo Guillen Godoy¹

<https://orcid.org/0000-0001-8965-5959>
mguilleng@unemi.edu.ec

Karla Katiuska Villacrés San Lucas¹

<https://orcid.org/0009-0001-8653-8164>
kvillacress@unemi.edu.ec

Domenique Dariana Varas Morales¹

<https://orcid.org/0009-0000-5051-4796>
dvarasm@unemi.edu.ec

Recibido: 17/04/2025

Aceptado: 08/05/2025

RESUMEN

Introducción: Las infecciones respiratorias agudas (IRA) constituyen una de las principales causas de morbilidad infantil, especialmente en preescolares. La prevención de estas enfermedades está estrechamente relacionada con la adopción de adecuados hábitos de higiene en el hogar y el entorno escolar. **Objetivo:** Analizar la relación entre los hábitos de higiene y el cuidado familiar con la incidencia de infecciones respiratorias agudas en niños de 3 a 5 años de la Institución Educativa Cruz Roja de Milagro durante el período abril–septiembre de 2023. **Materiales métodos:** Se realizó una investigación de campo, cuantitativa, de tipo descriptiva y correlacional. La muestra estuvo compuesta por 50 niños preescolares. Se aplicó un cuestionario estructurado a padres de familia para identificar prácticas de higiene y antecedentes de IRA. Los datos se procesaron con estadística descriptiva y prueba de chi-cuadrado. **Resultados:** El 62% de los niños presentó al menos un episodio de IRA en el período estudiado. El 78% de estos casos correspondió a niños con hábitos de higiene inadecuados. La prueba de chi-cuadrado mostró una asociación significativa entre ambas variables ($\chi^2 = 9.76$; $p < 0.05$). Las prácticas preventivas reportadas por los padres fueron insuficientes o inconsistentes en más de la mitad de los casos. **Conclusión:** Se confirma una relación directa entre los hábitos de higiene infantil, influenciados por el cuidado parental, y la incidencia de IRA. Se recomienda reforzar la educación sanitaria dirigida a familias y comunidades escolares para fomentar una cultura de autocuidado desde edades tempranas.

Palabras clave: infecciones respiratorias agudas, hábitos de higiene, preescolares, prevención, cuidado familiar.

1. Universidad Estatal de Milagro (UNEMI)

* Autor de correspondencia: nmartinezm@unemi.edu.ec

ABSTRACT

Introduction: Acute respiratory infections (ARIs) are one of the leading causes of childhood morbidity, particularly among preschoolers. The prevention of these diseases is closely linked to the adoption of proper hygiene habits both at home and in educational settings. **Objective:** To analyze the relationship between hygiene habits and parental care with the incidence of acute respiratory infections in children aged 3 to 5 years at the Cruz Roja Educational Institution in Milagro during the period from April to September 2023. **Materials and Methods:** A field-based, quantitative, descriptive, and correlational study was conducted. The sample consisted of 50 preschool children. A structured questionnaire was applied to parents to identify hygiene practices and the presence of ARIs. Data were processed using descriptive statistics and the chi-square test. **Results:** 62% of the children experienced at least one episode of ARI during the study period. Of these cases, 78% corresponded to children with inadequate hygiene habits. The chi-square test revealed a statistically significant association between both variables ($\chi^2 = 9.76$; $p < 0.05$). More than half of the parents reported inconsistent or insufficient preventive practices. **Conclusion:** A direct relationship between children's hygiene habits—strongly influenced by parental care—and the incidence of ARIs was confirmed. It is recommended to strengthen health education targeting families and school communities to promote a culture of self-care from an early age.

Keywords: acute respiratory infections, hygiene habits, preschoolers, prevention, parental care.

INTRODUCCIÓN

Las infecciones respiratorias agudas (IRA) constituyen una de las principales causas de morbilidad y mortalidad infantil a nivel mundial, particularmente en los países en desarrollo. Este tipo de enfermedades afecta con mayor frecuencia a los niños menores de cinco años, quienes presentan un sistema inmunológico en proceso de maduración y son más susceptibles a la acción de virus y bacterias presentes en el ambiente. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), las IRA representan más del 30% de las enfermedades que aquejan a este grupo etario y se posicionan como una de las causas más frecuentes de ausentismo escolar, hospitalizaciones y complicaciones médicas en la atención pediátrica [1]. Esta problemática se intensifica en contextos escolares, donde la interacción social constante y la limitada autonomía en el cuidado personal propician un entorno propenso a la transmisión de agentes patógenos. Diversas investigaciones han demostrado que los hábitos de higiene son factores protectores fundamentales en la prevención de IRA. Prácticas como el lavado frecuente de manos con agua y jabón, el manejo adecuado de secreciones respiratorias (al toser o estornudar), la higiene bucal y

el aseo corporal diario, contribuyen significativamente a la disminución de la carga viral en ambientes escolares y familiares [2–4].

Se ha estimado que la incorporación sistemática de estas rutinas higiénicas en entornos educativos puede reducir hasta en un 20% la incidencia de enfermedades respiratorias, especialmente cuando son reforzadas desde el hogar y respaldadas institucionalmente [7].

Sin embargo, en comunidades con limitaciones estructurales y educativas, estas prácticas no siempre se consolidan. El escaso conocimiento de los padres sobre medidas de prevención, la inexistencia de programas formativos en salud escolar, y la carencia de servicios básicos como agua potable, jabón y saneamiento adecuado en los centros educativos, constituyen obstáculos significativos para la construcción de una cultura de higiene efectiva [5,8].

En estos entornos, los niños están más expuestos a focos de contagio, agravado por su alta dependencia de los adultos para mantener hábitos saludables y su aún incipiente desarrollo de habilidades de autocuidado. Desde una perspectiva de salud pública, la prevención primaria se enfoca en reducir la incidencia de enfermedades mediante intervenciones que promuevan conductas saludables desde etapas tempranas de la vida. En este marco, el fortalecimiento de hábitos de higiene constituye una herramienta clave para frenar la propagación de infecciones respiratorias.

La infancia, especialmente en la etapa preescolar, es crítica para la formación de prácticas duraderas, por lo que la educación sanitaria debe asumirse no solo como una medida preventiva inmediata, sino como una inversión en salud futura [6,9]. La escuela, por su parte, representa un escenario privilegiado para el desarrollo de estas capacidades, ya que permite la articulación de contenidos formativos, el refuerzo de rutinas saludables y la participación activa de docentes y familias en la construcción de una cultura de autocuidado.

En este sentido, las instituciones educativas que atienden a la primera infancia deben incorporar sistemáticamente estrategias pedagógicas de promoción de la salud, adaptadas al nivel de comprensión de los niños y sostenidas en el tiempo. En este contexto, la presente investigación se propone analizar la relación entre los hábitos de higiene y la incidencia de infecciones respiratorias agudas en niños de 3 a 5 años pertenecientes a la Institución Educativa Cruz Roja del cantón Milagro, durante el



período comprendido entre abril y septiembre de 2023. El propósito es aportar evidencia empírica que sustente el diseño de estrategias educativas y sanitarias integradas, orientadas a fortalecer la salud respiratoria infantil y reducir la vulnerabilidad de esta población frente a las IRA.

MATERIALES Y METODOS

La presente investigación se enmarca dentro de un enfoque cuantitativo, con un diseño no experimental, de tipo descriptivo y correlacional. Se empleó una modalidad de estudio de campo, dado que la recolección de datos se realizó directamente en el entorno natural de los sujetos, permitiendo observar y analizar la relación entre los hábitos de higiene y la incidencia de infecciones respiratorias agudas (IRA) en niños de educación inicial.

La población estuvo conformada por 50 niños y niñas en edades comprendidas entre 3 y 5 años, pertenecientes a la Institución Educativa Cruz Roja del cantón Milagro, provincia del Guayas, Ecuador. La muestra fue no probabilística e intencional, seleccionada en función de criterios de accesibilidad, consentimiento informado de los representantes legales y la asistencia regular al centro educativo durante el período de recolección de datos.

Para el levantamiento de la información se aplicó una encuesta estructurada dirigida a los padres o representantes de los preescolares. El instrumento incluyó ítems cerrados de tipo Likert y dicotómicos, distribuidos en dos bloques temáticos: a) prácticas de higiene en el hogar y en la escuela (lavado de manos, uso de pañuelos, limpieza corporal y cambio de ropa), y b) antecedentes de infecciones respiratorias agudas en los últimos seis meses (frecuencia, síntomas y tratamiento). El cuestionario fue sometido a un proceso de validación por juicio de expertos y a una prueba piloto con características similares a la muestra seleccionada, obteniendo un índice de confiabilidad de $\alpha = 0.81$ según el coeficiente de Cronbach.

La aplicación del instrumento se realizó durante el segundo trimestre del ciclo escolar 2024-2025, mediante entrevistas individuales con los representantes en espacios facilitados por la institución. La información fue sistematizada en una base de datos y procesada mediante el software estadístico SPSS versión 25.0. Se aplicaron estadísticos



descriptivos (frecuencias, porcentajes) y medidas de asociación bivariada (prueba de chi-cuadrado) para identificar relaciones significativas entre variables.

El estudio se desarrolló bajo los principios éticos de confidencialidad, voluntariedad e integridad, conforme a la Declaración de Helsinki. Todos los participantes firmaron un consentimiento informado previo a la recolección de datos. El proyecto fue aprobado por la dirección de la institución educativa y avalado por el comité académico de investigación correspondiente.

RESULTADOS

El análisis de los datos permitió establecer una relación significativa entre los hábitos de higiene infantil y la incidencia de infecciones respiratorias agudas (IRA) en la población de estudio. De los 50 niños evaluados, se identificó que el 62% había presentado al menos un episodio de IRA en los últimos seis meses. Entre ellos, se evidenció que el 78% mantenía prácticas de higiene inadecuadas, mientras que solo el 22% tenía hábitos higiénicos adecuados de forma regular.

Para dar cumplimiento al objetivo específico de investigar cómo los hábitos de higiene y cuidado de los padres impactan en la prevención de IRA en preescolares de 3 a 5 años durante el período de abril a septiembre del año 2023, se analizaron también las prácticas familiares reportadas en el hogar. Se evidenció que solo el 48% de los padres afirmaron seguir una rutina constante de higiene respiratoria con sus hijos, mientras que el 52% reconoció que dichas prácticas eran irregulares o insuficientes, como se muestra en la Tabla 1.

Tabla 1.

Rutina de higiene respiratoria según los padres

Rutina de higiene respiratoria Porcentaje de padres (%)	
Constante	48
Irregular o insuficiente	52

En relación con la interrogante “¿Qué medidas de higiene respiratoria sigue su hijo para prevenir infecciones respiratorias?”, las respuestas reflejaron una variabilidad significativa. El 72% de los padres indicó que el niño se lava las manos al llegar a casa,



pero solo el 38% afirmó que esta práctica se realiza también antes de comer o después de estornudar.

Por otra parte, solo el 46% enseñan a sus hijos a cubrirse con el antebrazo al toser o estornudar, y un 34% utilizan pañuelos desechables o papel higiénico. En menor proporción, el 20% refuerza el uso de mascarilla en contextos de riesgo, mientras que el 18% indicó no aplicar ninguna medida específica con regularidad. Estos datos se resumen en la Tabla 2.

Tabla 2.

Medidas de higiene respiratoria aplicadas por los padres

Medidas de higiene respiratoria	Frecuencia (%)
Lavado de manos al llegar a casa	72
Lavado de manos antes de comer o después de estornudar	38
Cubrirse con el antebrazo al toser o estornudar	46
Uso de pañuelos desechables o papel higiénico	34
Uso de mascarilla en contextos de riesgo o síntomas	20
No aplica ninguna medida regularmente	18

Finalmente, se elaboró una tabla cruzada entre las variables “hábitos de higiene” y “presencia de IRA”, cuyos resultados se muestran en la **Tabla 3**. En el grupo de niños con hábitos higiénicos adecuados, el 76% no presentó infecciones respiratorias agudas, frente al 24% que sí las desarrolló. En contraste, en el grupo con hábitos inadecuados, el 89% presentó algún episodio de IRA, mientras que apenas el 11% no las desarrolló.

Tabla 3.

Relación entre hábitos de higiene y presencia de infecciones respiratorias agudas (IRA)

Hábitos de higiene	IRA - Sí	IRA - No
Adecuados	5	16
Inadecuados	26	3

La prueba de chi-cuadrado ($\chi^2 = 9.76$; $p < 0.05$) confirmó la existencia de una relación estadísticamente significativa entre los hábitos de higiene y la presencia de IRA. A partir de los datos obtenidos, se concluye que los niños cuyas familias implementan de manera sistemática medidas preventivas de higiene respiratoria presentan una menor incidencia de infecciones, lo cual evidencia el papel central que tienen los padres como



agentes activos en la promoción del autocuidado infantil. Estos hallazgos refuerzan la necesidad de diseñar intervenciones educativas dirigidas no solo a los niños, sino también a los cuidadores principales, a fin de fomentar una cultura de salud preventiva desde el hogar y fortalecer su impacto en el entorno escolar.

DISCUSIONES

Los resultados de esta investigación evidencian una relación significativa entre los hábitos de higiene infantil —influenciados directamente por las prácticas de cuidado de los padres— y la incidencia de infecciones respiratorias agudas (IRA) en preescolares de 3 a 5 años. Este hallazgo concuerda con lo reportado por estudios previos, en los que se reconoce que el lavado de manos, el control de secreciones y la higiene personal son factores clave en la reducción de enfermedades infecciosas en la infancia [2,3,7]. El análisis estadístico permitió confirmar que los niños con hábitos de higiene inadecuados presentaron una mayor prevalencia de IRA, lo cual refuerza la importancia del entorno familiar como espacio de formación de conductas saludables.

En consonancia con Green y Kreuter [6], el ambiente social y educativo de los niños influye de manera directa en la adquisición de prácticas de autocuidado, especialmente cuando se trata de hábitos relacionados con la prevención de enfermedades transmisibles. A nivel local, este estudio también revela brechas significativas en la formación de hábitos de higiene respiratoria, tanto en el hogar como en la escuela.

A pesar de que una proporción considerable de padres afirmó fomentar ciertas medidas básicas como el lavado de manos, otras prácticas esenciales, como cubrirse al estornudar o utilizar pañuelos desechables, fueron reportadas con menor frecuencia. Este patrón puede deberse a la falta de conocimiento sobre las vías de transmisión de agentes infecciosos o a la ausencia de una educación sanitaria sistemática en la comunidad, tal como lo señala Peña y Muñoz [8] en su análisis sobre entornos escolares vulnerables.

Asimismo, la baja adopción de medidas como el uso preventivo de mascarillas o el refuerzo de la higiene en presencia de síntomas respiratorios, sugiere que las familias podrían estar actuando de forma reactiva y no preventiva frente a las IRA. Esta situación pone en evidencia la necesidad de intervenciones pedagógicas dirigidas no solo a los niños, sino también a los cuidadores primarios, integrando mensajes claros,

accesibles y culturalmente apropiados sobre higiene respiratoria. Por otra parte, el rol de las instituciones educativas se configura como un eje clave para la promoción de la salud en la infancia. Como plantea la Organización Panamericana de la Salud [9], los centros escolares deben ser espacios de aprendizaje integral, donde la formación en hábitos saludables forme parte del currículo y de la vida cotidiana del aula.

La implementación de programas educativos con actividades lúdicas, refuerzo positivo y participación familiar podría fortalecer la adherencia a estas prácticas, mejorando así la salud respiratoria de la población infantil. En resumen, los resultados obtenidos no solo validan la hipótesis inicial, sino que también resaltan la urgencia de promover una cultura de higiene sostenida desde edades tempranas, con la participación activa de familias, docentes y profesionales de la salud.

CONCLUSIONES

El presente estudio permitió establecer que existe una relación significativa entre los hábitos de higiene infantil y la incidencia de infecciones respiratorias agudas (IRA) en preescolares de 3 a 5 años de la Institución Educativa Cruz Roja de Milagro. Se evidenció que los niños con prácticas higiénicas adecuadas presentan una menor prevalencia de IRA, mientras que aquellos con hábitos deficientes, particularmente en el contexto familiar, tienen un riesgo considerablemente mayor de desarrollar estas afecciones.

Asimismo, se identificó que las medidas de higiene respiratoria aplicadas por los padres o cuidadores —como el lavado de manos, el uso de pañuelos desechables, y la enseñanza de cubrirse al toser o estornudar— son determinantes clave en la prevención de IRA. Sin embargo, una parte importante de los representantes reportó seguir estas prácticas de forma irregular o insuficiente, lo cual subraya la necesidad de fortalecer la educación sanitaria desde el hogar.

Los resultados confirman la importancia de promover una cultura de autocuidado desde edades tempranas, involucrando tanto al entorno escolar como al familiar. La implementación de estrategias educativas que integren a padres, docentes y profesionales de la salud resulta fundamental para prevenir las IRA y garantizar el bienestar respiratorio de los niños en etapa preescolar.

REFERENCIAS

1. Organización Mundial de la Salud. Infecciones respiratorias agudas: situación mundial y directrices de manejo. OMS; 2023.
2. Aiello AE, Coulborn RM, Perez V, Larson EL. Effect of hand hygiene on infectious disease risk in the community setting: a meta-analysis. *Am J Public Health*. 2008;98(8):1372–81.
3. Rabie T, Curtis V. Handwashing and risk of respiratory infections: a quantitative systematic review. *Trop Med Int Health*. 2006;11(3):258–67.
4. Centers for Disease Control and Prevention. Hygiene-related Diseases. CDC; 2022. Disponible en: <https://www.cdc.gov/healthywater/hygiene/disease>
5. López-Hernández FA, Rivas-Cordero FA, Sánchez-Medina JP. Prácticas de higiene y su relación con enfermedades respiratorias en escolares. *Rev Salud Pública*. 2020;22(3):320–7.
6. Green LW, Kreuter MW. *Health promotion planning: an educational and ecological approach*. 4th ed. New York: McGraw-Hill; 2005.
7. Bowen A, Ma H, Ou J, Billhimer W, Long T, Mintz E, et al. A cluster-randomized controlled trial evaluating the effect of a handwashing-promotion program in Chinese primary schools. *Am J Trop Med Hyg*. 2007;76(6):1166–73.
8. Peña A, Muñoz R. Condiciones higiénicas y factores ambientales en escuelas públicas de zonas urbanas marginales. *Salud Colectiva*. 2018;14(2):237–50.
9. Organización Panamericana de la Salud. *Educación para la salud: Estrategias de promoción en la escuela*. OPS; 2019.