

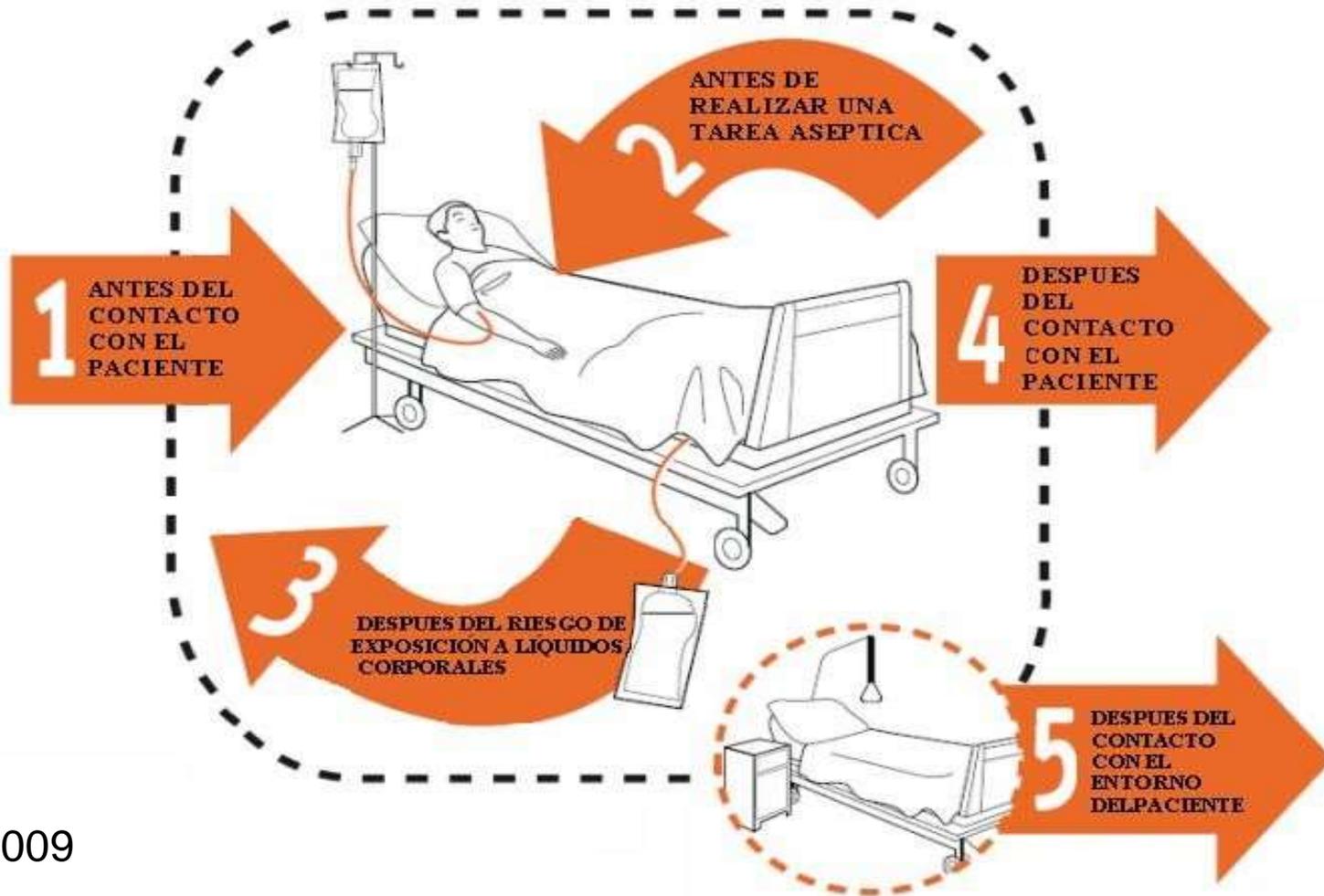


3.3.2.- Higiene de Manos

Higiene de manos

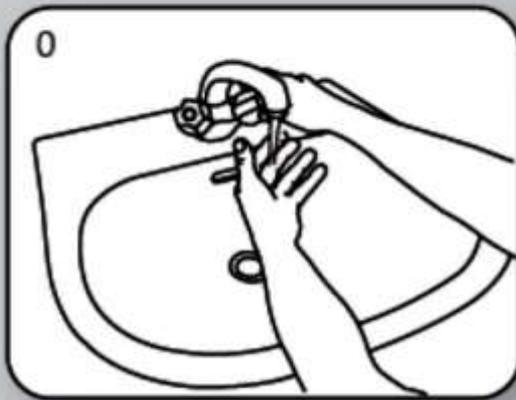
- Obtención de manos seguras para la atención de pacientes
 - “manos libres de microorganismos patógenos”
- Constituye la principal medida de prevención y la con mejor costo efectividad
 - Sin embargo la adherencia en general es baja!!!
- Alternativas:
 - lavado corriente con agua y jabón
 - uso de productos derivados de alcohol

Higiene de manos: cinco momentos

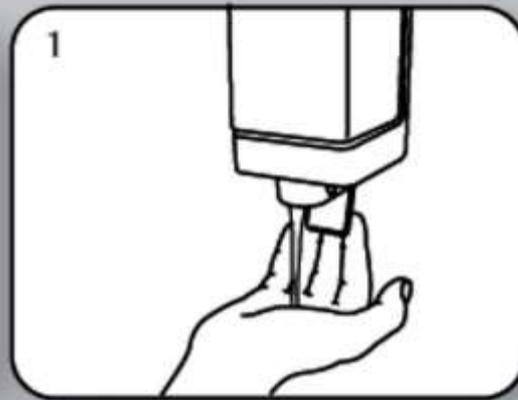


Higiene de manos: técnica

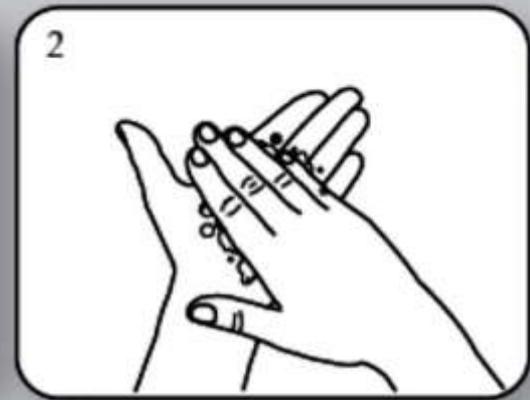
Técnica de lavado de las manos con agua y jabón



Mójese las manos con agua

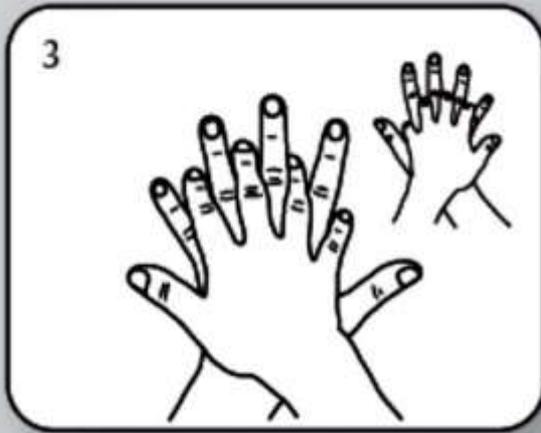


Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos

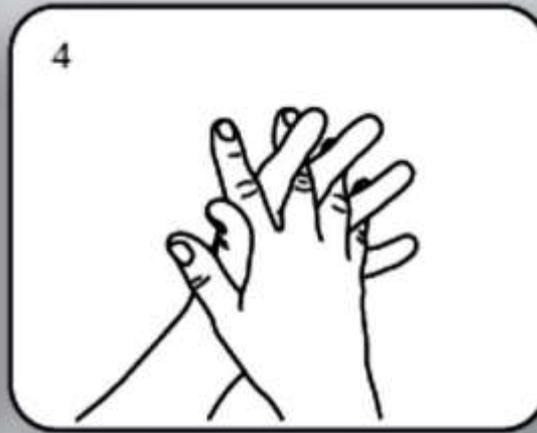


Frótese las palmas de las manos entre sí

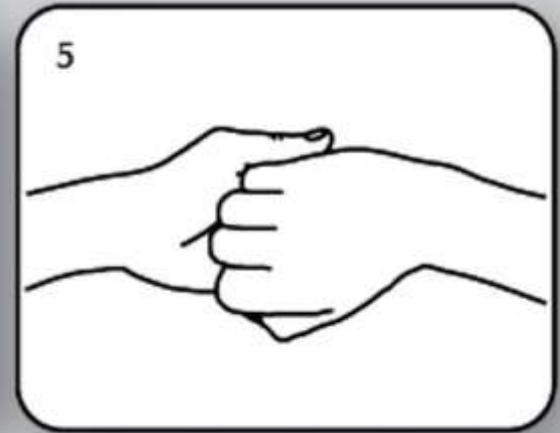
Higiene de manos: técnica



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa

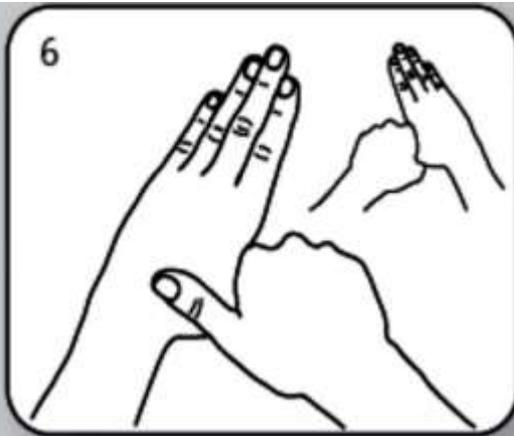


Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados

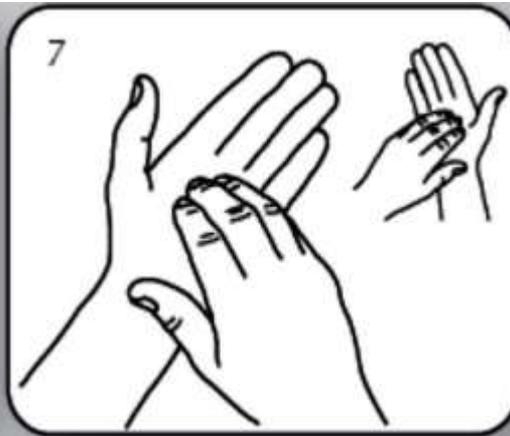


Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos

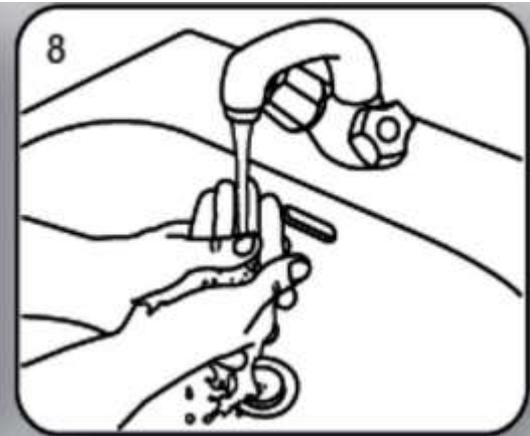
Higiene de manos: técnica



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo atrapándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa

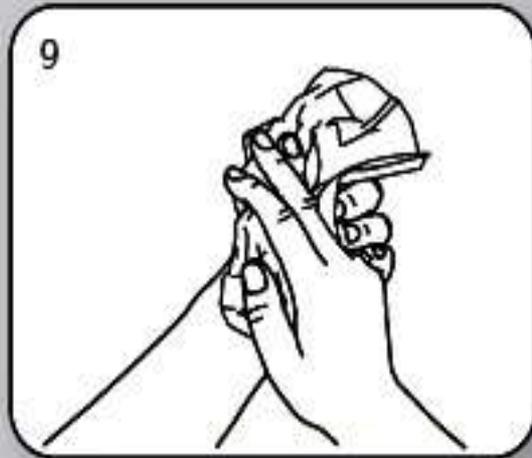


Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa

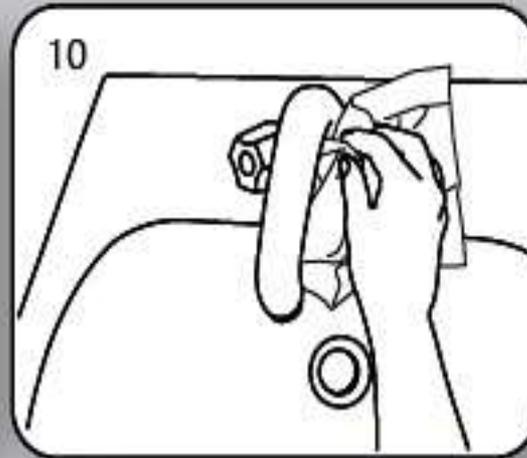


Enjuáguese las manos con agua

Higiene de manos: técnica



Séqueselas con una toalla de un solo uso



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo



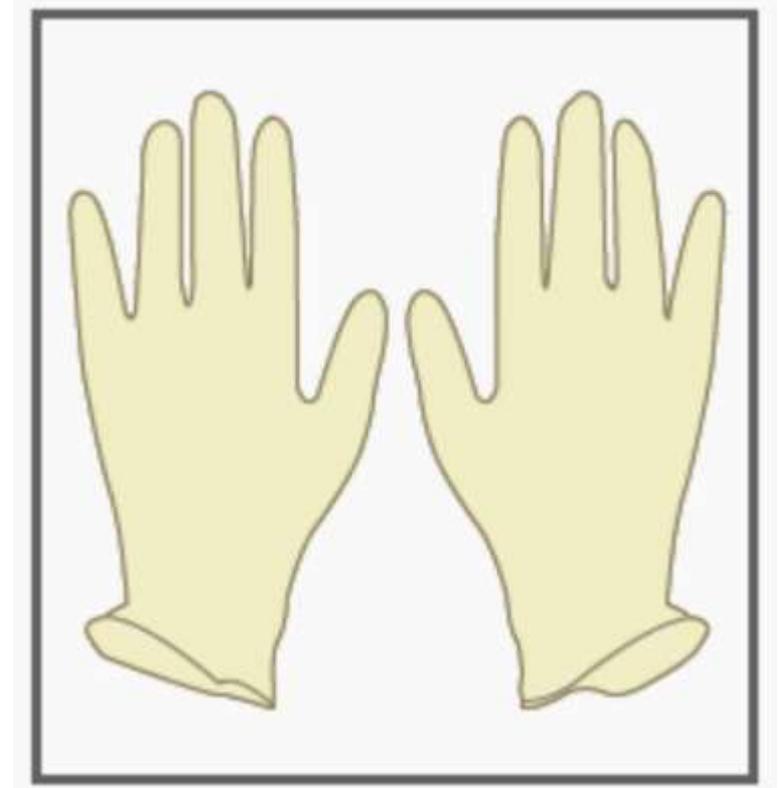
...y sus manos son seguras.

Higiene de manos: técnica

	Agua + jabón	Alcohol gel
		
Manos visiblemente sucias (sangre - fluidos corporales)		
Manos visiblemente limpias		
Manos en pacientes con <i>Clostridium difficile</i>		

Uso de guantes

- Deben utilizarse guantes limpios (de procedimiento) al tomar contacto (o riesgo de contacto) con sangre y fluidos corporales, material contaminado, mucosas y piel no indemne
- Los guantes deben estar indemnes
- Cambio de guantes entre paciente y paciente
- Higiene de manos antes de colocar y después de retirar guantes



Uso de barreras protectoras

- También llamados elementos de protección personal
- Utilizar cuando existe riesgo de salpicaduras durante la atención
- Por ejemplo punción arterial o venosa y aspiración de secreciones
- Uso de:
 - Mascarillas
 - Protección ocular y facial (antiparras, escudo facial, mascarilla con visor)
 - Protección corporal (pechera o delantal)



Higiene respiratoria

Al toser o estornudar



Cúbrase la nariz y la boca

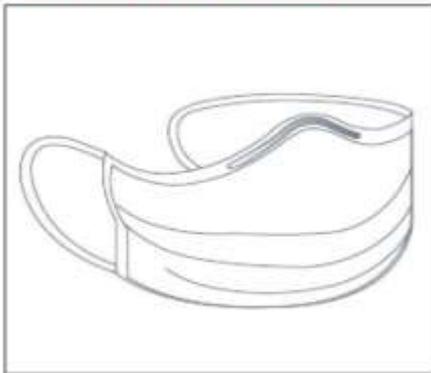


Deseche el pañuelo usado inmediatamente



Realice higiene de las manos

En centros de salud



Si tiene tos, considere el uso de una mascarilla médica

Se debe seguir la etiqueta de la tos y la higiene respiratoria en todas las áreas del hospital, en ambientes comunitarios e incluso en el hogar.

Siempre es el momento adecuado para tomar estas importantes medidas para controlar el potencial foco de infección.