

- La importancia de las manos en la transmisión de microorganismos patógenos está bien demostrada, siendo la forma más frecuente de transmisión la que se produce a través de las manos del personal asistencial (transmisión cruzada). El lavado de manos es la medida más eficaz para disminuir la incidencia de infección nosocomial y la diseminación de microorganismos resistentes del hospital.

- El lavado de manos y el uso adecuado de guantes son las medidas básicas de protección del personal sanitario y del paciente.

## LAVADO DE MANOS

- Es la eliminación de la suciedad y parte de los microorganismos que pueden estar en las manos, utilizando agua y jabón no antiséptico.

### Indicaciones del Lavado de Manos

- Antes de iniciar la jornada de trabajo.
- Cada vez que las manos estén sucias.
- Después de estornudar, sonarse, etc...
- Antes y después de preparar, repartir o servir la comida.
- Antes y después de comer.

## HIGIENE DE MANOS

- Es la eliminación de microorganismos que contaminan las manos. Estos microorganismos los adquirimos tras el contacto con los pacientes o con una superficie contaminada.

- Se puede realizar con:

- 👍 Jabón Antiséptico.
- 👍 Soluciones Hidroalcohólicas.

## Indicaciones

### ANTES DE:



- Tocar a un paciente.
- Insertar catéteres vasculares, sondas urinarias, drenajes, etc...

### DESPUÉS DE:

- Tener contacto con líquidos orgánicos, secreciones, mucosas, piel no intacta o vendajes de heridas.
- Pasar de un punto corporal contaminado a otro limpio en un mismo paciente.
- Tocar la piel intacta de un paciente, tomar el pulso, tomar la presión arterial, o levantar a un paciente.

### EXTREMAR LAS MEDIDAS EN:

- El cuidado de pacientes de alto riesgo (inmunodeprimidos, quemados...)
- En unidades de alto riesgo, como UCI, quirófano, prematuros, aislamiento...

## SOLUCIONES HIDROALCOHÓLICAS

- Son la alternativa a la higiene de manos con jabones antisépticos.

### Ventajas de las soluciones hidroalcohólicas:

- Rapidez de acción y eficacia antimicrobiana (excelente frente a bacterias, virus y hongos).
- Buena tolerancia por la presencia de emolientes.
- No se necesita agua para su aplicación.



- ¿Cómo lavar las manos con las soluciones hidroalcohólicas?
- Hay que realizar un lavado de manos previo con agua y jabón si existe suciedad visible o restos orgánicos.
- Aplicar 3 ml de solución.
- Friccionar las manos de 30-60 segundos aplicando la técnica de los “Seis Pasos”, hasta que la solución se haya secado.
- Nunca soplar o airear las manos.

## Los Seis Pasos para una correcta Higiene

# 1

- Palma contra palma.



# 2

- Palma de la mano derecha sobre el dorso de la izquierda y viceversa.

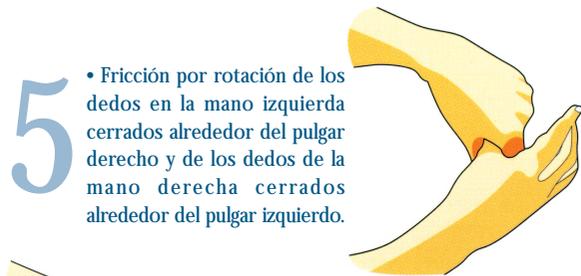
# 3

- Palma contra palma con los dedos entrelazados.



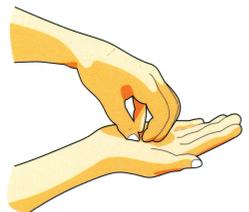
# 4

- Dorso de los dedos contra la palma opuesta con los dedos trabados.



# 5

- Fricción por rotación de los dedos en la mano izquierda cerrados alrededor del pulgar derecho y de los dedos de la mano derecha cerrados alrededor del pulgar izquierdo.



# 6

- Fricción por rotación de las yemas de los dedos de la mano derecha contra la palma izquierda y de las yemas de los dedos de la mano izquierda contra la palma derecha.

## Recomendaciones para el Uso Correcto de Guantes

### Razones para Utilizar Guantes

- Constituyen una medida de protección en el medio sanitario.
- Son una barrera protectora para prevenir la contaminación de las manos.
- Reduce la probabilidad de transmisión de microorganismos en procedimientos invasivos.

### Cuándo se Debe Utilizar Guantes

- Si puede existir contacto con sangre, fluidos corporales, secreciones, piel no intacta o mucosas de un paciente.
- Deben cambiarse siempre entre pacientes y entre áreas contaminadas y no contaminadas del mismo paciente.
- Los guantes no evitan la necesidad del lavado de manos.

### Cuándo No se Debe Utilizar Guantes

- Para repartir y recoger comidas.
- Para tomar constantes y exploraciones sobre piel íntegra.
- Para trasladar pacientes.
- Para la administración de medicación oral.
- Para la realización de ECG, cambio de goteros.
- Nunca circular con los guantes puestos para evitar el transporte y la transmisión de gérmenes.

## Programa de Seguridad del Paciente

Una Atención Limpia,  
es una Atención Segura



Recomendaciones sobre  
la Higiene y Lavado de Manos