

MANOS LIMPIAS SON MANOS SEGURAS

Para una correcta higiene de las manos se deben quitar anillos, joyas y adornos antes de comenzar la limpieza, tanto con agua y jabón como con soluciones de base alcohólica.

El personal sanitario debería evitar llevar uñas artificiales y mantener las uñas propias Cortas menos de 5mm, limpias y sin pintar.

EL USO DE GUANTES NO SUSTITUYE LA HIGIENE DE MANOS

RECUERDA	Escoger el guante adecuada a cada tarea Uso de la talla adecuada Comprobar que no están deteriorados Lavado y sacado antes/después uso Si lavado con solución hidroalcohólica no usar guantes con polvo No meter guantes usados en los bolsillo
CAMBIALOS	Cuando se rompan Después de un tiempo prolongado de uso (30 minutos) Entre enfermo/enfermo y después cambios procedimiento en el mismo enfermo Cuando entren en contacto con material contaminado
NO LOS USES	Para trasladar a enfermos Para repartir comidas Para cambiar ropa de cama excepto si esta manchada por fluidos corporales Toma constantes vitales (piel integra)



Los guantes no suplen la higiene adecuada de manos, de la misma forma que la higiene de las manos no suple la necesidad de guantes

HIGIENE DE MANOS



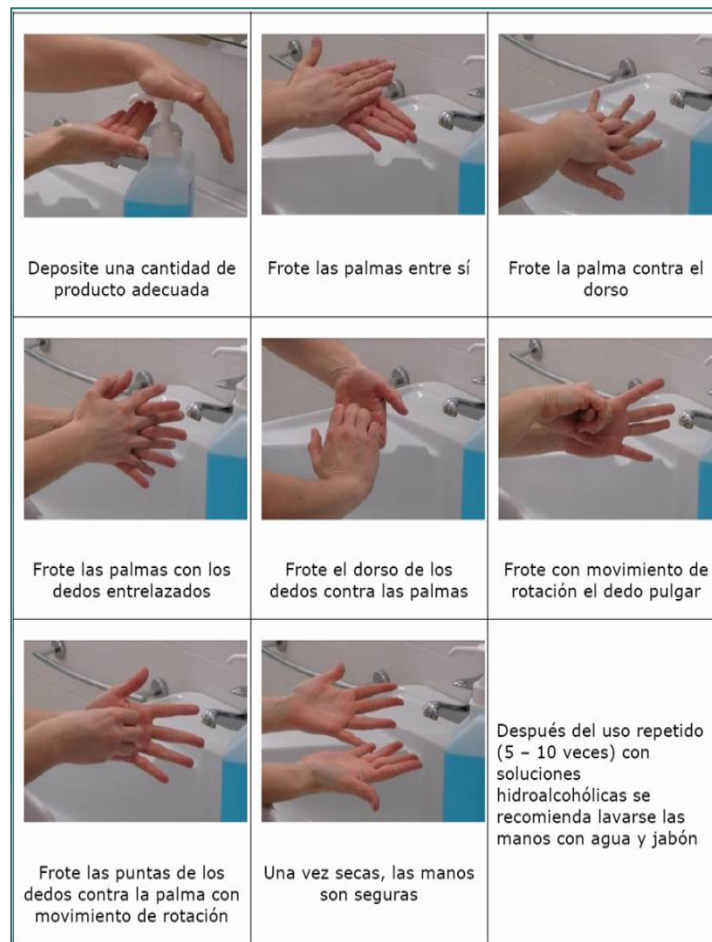
¿CÓMO LAVARSE LAS MANOS CON AGUA Y JABÓN?

Usar **agua y jabón** cuando las manos estén visiblemente sucias: Duración del proceso: 40 – 60 segundos



¿CÓMO DESINFECTARSE LAS MANOS CON SOLUCIÓN ALCOHOLICA?

Usar **solución alcohólica** para desinfectar las manos en su atención sanitaria: Duración del proceso: 20 – 30 segundos



LOS CINCO MOMENTOS PARA LA HIGIENE DE MANOS



LA HIGIENE de MANOS es TAREA de TODOS

1. ANTES DE TOCAR AL PACIENTE	¿Cuándo?	Lávese las manos antes de tocar al paciente
	¿Por qué?	Para proteger al paciente de los gérmenes que tiene en sus manos
2. ANTES DE REALIZAR UNA TAREA LIMPIA/ASÉPTICA	¿Cuándo?	Lávese las manos inmediatamente antes de realizar una tarea limpia/aséptica
	¿Por qué?	Para proteger al paciente de los gérmenes que podrían entrar en su cuerpo
3. DESPUÉS DEL RIESGO DE EXPOSICIÓN A LÍQUIDOS CORPORALES	¿Cuándo?	Lávese las manos inmediatamente después de un riesgo de exposición a líquidos corporales y tras quitarse los guantes
	¿Por qué?	Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente
4. DESPUÉS DE TOCAR AL PACIENTE	¿Cuándo?	Lávese las manos después de tocar a un paciente y la zona que lo rodea.
	¿Por qué?	Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente
5. DESPUÉS DEL CONTACTO CON EL ENTORNO DEL PACIENTE?	¿Cuándo?	Lávese las manos después de tocar cualquier objeto o mobiliario del entorno del paciente
	¿Por qué?	Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente