

MANOS LIMPIAS SALVAN VIDAS

La higiene de manos es la principal forma de prevenir la propagación de infecciones.



¿POR QUÉ?

- Las manos son la principal vía de transmisión de gérmenes durante la atención sanitaria.
- La higiene de manos es la medida más importante para evitar la transmisión de gérmenes perjudiciales y evitar las infecciones asociadas a la atención sanitaria.

¿QUIÉNES?

- Todas las personas que participen directa o indirectamente en la atención de un paciente, debe mantener la higiene de sus manos y saber cómo hacerlo correctamente en el momento adecuado.
- Además los pacientes deben higienizar sus manos y recordar al personal de salud que lo atiende que lo haga también.

¿CUÁNDO?

Realizar la higiene de manos:

- Al ingresar y al salir de la habitación.
- Después de limpiarse la nariz, toser o estornudar.
- Antes de tocarse los: ojos, nariz o boca.
- Antes de preparar o comer alimentos.
- Después de ir al baño.

Los profesionales de la salud deben realizar la higiene de manos:

- Antes de tocar al paciente.
- Antes de realizar una tarea limpia/aséptica.
- Después del riesgo de exposición a líquidos corporales.
- Después de tocar al paciente.
- Después del contacto con el entorno del paciente.



¿CÓMO HIGIENIZARSE LAS MANOS?

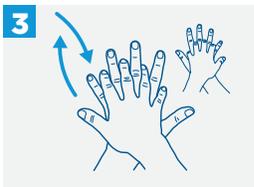
 Duración del procedimiento: **20 segundos**



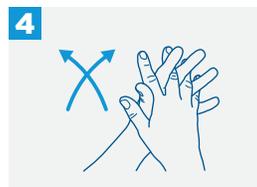
1
Deposite en la palma de la mano una dosis de alcohol gel.



2
Frótese las palmas de las manos entre sí.



3
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



4
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



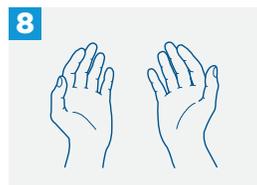
5
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



6
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



7
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.



8
... y sus manos están seguras.

