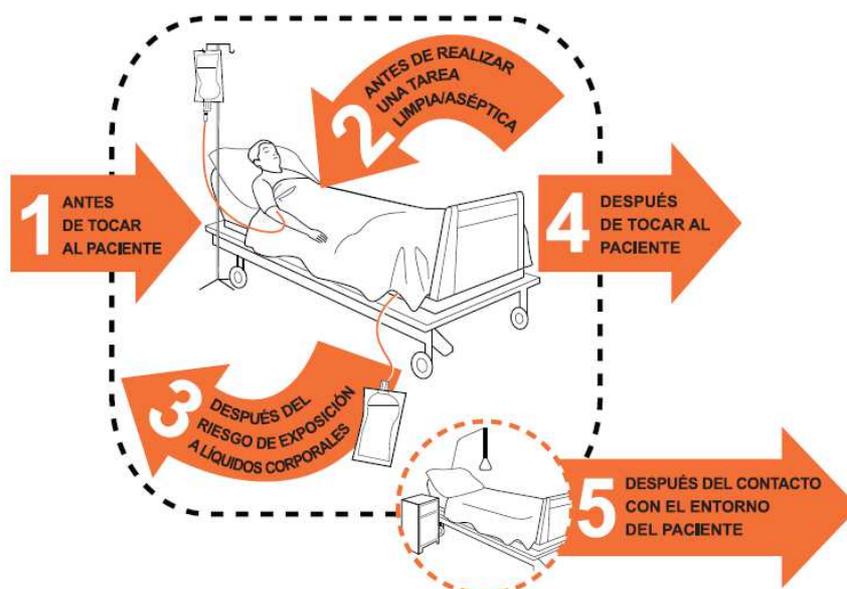


LA HIGIENE DE LAS MANOS Y LAS INFECCIONES RELACIONADAS CON LA ATENCIÓN SANITARIA

Una infección relacionada con la atención sanitaria (IRAS), también denominada infección nosocomial, se define como “aquella infección que afecta a un paciente durante el proceso de asistencia en un hospital u otro centro sanitario, que no estaba presente ni incubándose en el momento del ingreso”. En la mayoría de los casos, el vehículo de transmisión de los microorganismos desde la fuente de infección al paciente son las manos de los profesionales sanitarios. La higiene de las manos constituye en gran medida el núcleo de las Precauciones Estándar y es indiscutiblemente la medida más eficaz para el control de las infecciones

Los 5 momentos	¿Por qué?
1. Antes de tocar al paciente	Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que tiene usted en las manos
2. Antes de realizar una técnica aséptica	Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que podrían entrar en su cuerpo, incluidos los gérmenes del propio paciente
3. Después del riesgo de exposición a fluidos corporales	Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente
4. Después de tocar al paciente	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	Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente



¿Cómo lavarse las manos ?

**Lávese las manos cuando estén visiblemente sucias.
Si no utilice un preparado con alcohol**

 **Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos**



Mójese las manos con agua;



Aplique suficiente cantidad de jabón para cubrir todas las superficies de las manos;



Frótese las palmas de las manos entre sí;



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;



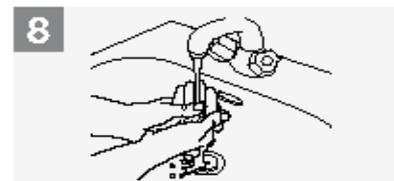
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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



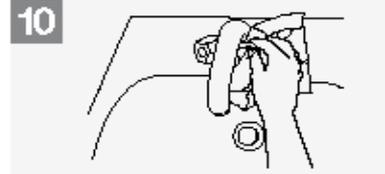
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa;



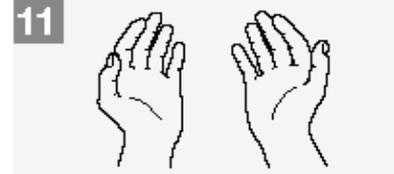
Enjuáguese las manos con agua;



Séquese las manos cuidadosamente con una toalla de un solo uso;



Utilice la toalla para cerrar el grifo;

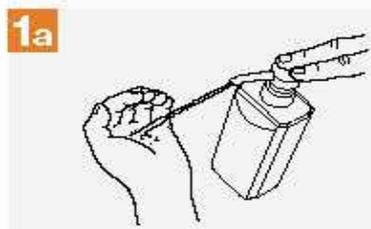


Ahora sus manos son seguras.

Técnica de HM por fricción

Para la higiene de manos utilice un preparado con alcohol
Lávese las manos cuando estén visiblemente sucias.

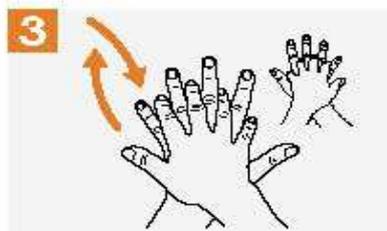
 Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos



Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



Frótese las palmas de las manos entre sí.



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.



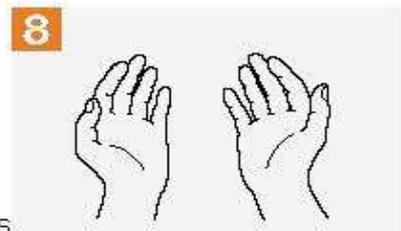
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



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;



Una vez secas, sus manos son seguras.