



HIGIENE DE MANOS: ¿POR QUÉ, CÓMO, CUÁNDO Y QUIÉN?

¿POR QUÉ?

Es una de las medidas más importantes para evitar enfermarnos y transmitir los microbios a otras personas. Muchas enfermedades y afecciones se propagan por no lavarse las manos con agua corriente limpia y jabón.

¿CÓMO?

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

¿CUANDO?

Cuando tus manos estén notablemente sucias, llenas de fluidos o tras haber usado el baño. También tras una posible exposición a patógenos que liberen esporas.

¿QUIÉN?

Todos los profesionales implicados en el cuidado de los pacientes, con independencia del diagnóstico que tengan. También es necesario que la realicen los pacientes, sus familiares y los visitantes que les atienden.

SEGURIDAD DEL PACIENTE



UNA ATENCIÓN SEGURA, ES SALUD CON CALIDAD



GUÍA

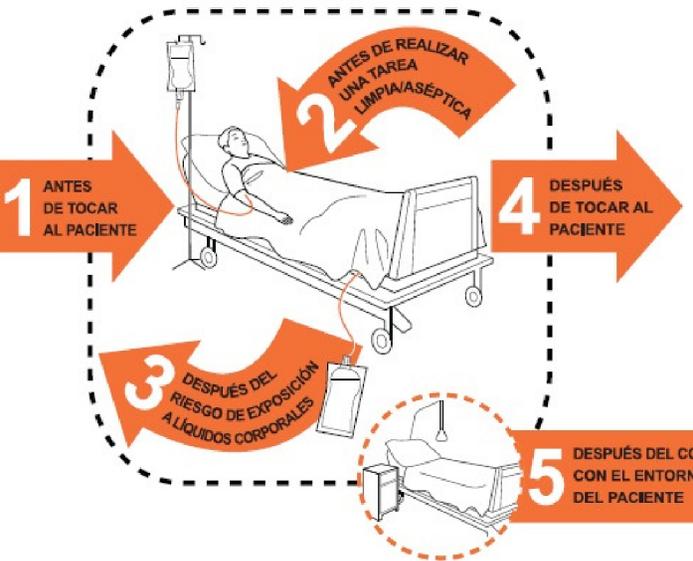
PARA LA HIGIENE DE MANOS



mutualser
Atención sin tanta vuelta



5 MOMENTOS PARA LA HIGIENE DE MANOS



¿CÓMO LAVARSE LAS MANOS?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

C Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos

0 Mójese las manos con agua;	1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;	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 Enjuéguese las manos con agua;
9 Séquese con una toalla desechable;	10 Sírvasse de la toalla para cerrar el grifo;	11 Sus manos son seguras.

¿CÓMO DESINFECTAR LAS MANOS?

¡Desinfectese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

C Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos

1a Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;	1b Frótese las palmas de las manos entre sí;	2 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;
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 la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;
6 Una vez secas, sus manos son seguras.		