



PROCEDIMIENTO SOBRE HIGIENE DE MANOS

Introducción

La higiene de manos es la medida más importante para reducir la transmisión de agentes infecciosos de una persona a otra o de un sitio a otro.

Definición:

Es la frotación vigorosa de las manos con el fin de **eliminar la suciedad, materia orgánica, flora transitoria y reducir la flora residente** y así evitar la transmisión de estos microorganismos.

La higiene de las manos incumbe a todos los profesionales sanitarios que se encuentran en contacto directo o indirecto con los pacientes y su entorno, durante sus respectivas actividades.

Las indicaciones para efectuar la higiene de las manos son independientes de las que justifican el uso de guantes. El uso de guantes no modifica ni sustituye la realización de la higiene de manos.

Las manos deben estar siempre en óptimas condiciones:

- Uñas cortas y limpias.
- Retirar anillos, pulseras y reloj.
- No utilizar uñas postizas, artificiales ni con esmalte.
- Se debe descubrir todo el antebrazo.

Clasificación de tipos de higiene de manos

1. *Lavado de Rutina Higiénico o Social*

Objetivo: eliminar la suciedad, materia orgánica y flora transitoria de las manos.

Materiales: jabón líquido común, en dispensador desechable con dosificador.

Indicaciones: antes de iniciar la jornada laboral, de manipular los alimentos, antes y después de ir al baño y cuando las manos estén visiblemente sucias.



2. *Lavado especial o antiséptico*

Objetivo: eliminar la suciedad, materia orgánica, flora transitoria y parte de la flora residente de las manos, consiguiendo además cierta actividad antimicrobiana residual.

Materiales: jabón líquido con antiséptico (solución jabonosa de **clorhexidina** al 4% actividad residual de 6 a 8hs).

Indicaciones: 5 momentos de OMS.

3. *Lavado quirúrgico*

Objetivo: eliminar la flora transitoria y reducir al máximo la flora residente de las manos, previas a un procedimiento invasivo que requiere un alto grado de asepsia y un efecto residual.

Materiales: jabón líquido con antiséptico (solución jabonosa de **clorhexidina** al 4% actividad residual de 6 a 8h).

Indicaciones: procedimientos quirúrgicos.

4. *Higiene de manos en seco:*

Objetivo: eliminar la flora transitoria y parte de la flora residente de las manos.

Materiales: alcohol en gel o lociones de base alcohólica (con o sin clorhexidina).

Indicaciones: -5 momentos de OMS

-Procedimientos quirúrgicos: una alternativa al lavado con jabones antisépticos son las lociones de clorhexidina + alcohol, o jabón neutro + alcohol (este último en profesionales con dermatitis por clorhexidina).



Técnica de higiene de manos con agua y jabón

Duración de este procedimiento: 40 a 60 segundos.



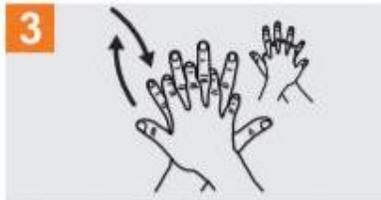
0 Mójese las manos con agua;



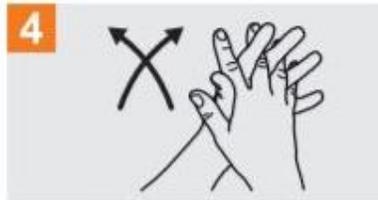
1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



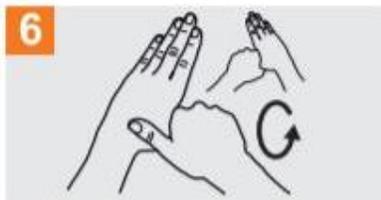
3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



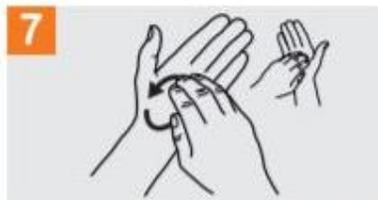
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



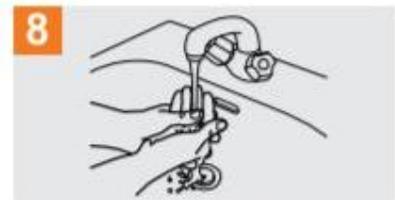
5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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



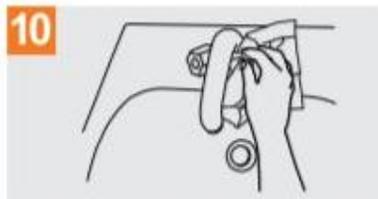
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



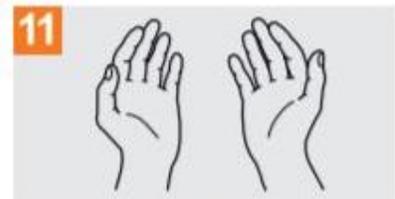
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.



Técnica de higiene de manos en seco

Duración de este procedimiento: 20-30 segundos



Técnica de higiene de manos prequirúrgico

1. La técnica va a depender de la solución que se utilice, se recomienda lavado con agua, y utilizar jabones antisépticos de clorhexidina al 4% (cuando las manos están visiblemente sucias) o fricción con soluciones de base alcohólicas.
2. La higiene debe **incluir manos y antebrazos hasta los codos**.
3. Eliminar la suciedad que se encuentre debajo de las uñas con limpia uñas debajo del agua.
4. En los profesionales con alergia cutánea, pueden utilizar jabón neutro y luego alcohol.



Técnica de higiene de manos quirúrgica, con agua y jabón antiséptico



1. Mójese las manos y antebrazos hasta 6 cm por encima del codo, con abundante agua



2. Aplíquese la cantidad suficiente de clorhexidina al 4% (espuma) en la superficie de las manos



3. Frótese las palmas de las manos entre sí.



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



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



6. Frótese el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos y viceversa



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



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



9. Con movimientos rotatorios descienda la mano izquierda por el antebrazo derecho hasta 6 cm por encima del codo y



10. Enjuague las manos y antebrazos desde los dedos hacia el codo pasándolas a través del agua en una sola dirección mínimo tres veces.



SEGUNDO TIEMPO
Repita los pasos del 3 al 9, luego con movimientos rotatorios descienda la mano izquierda hasta el tercio medio del antebrazo derecho y viceversa, proceda con el enjuague mínimo tres veces desde las manos hasta el antebrazo manteniéndose levantadas sobre los codos.



TERCER TIEMPO Repita los pasos del 3 al 9, luego con movimientos rotatorios descienda la mano izquierda hasta la muñeca del antebrazo derecho y viceversa



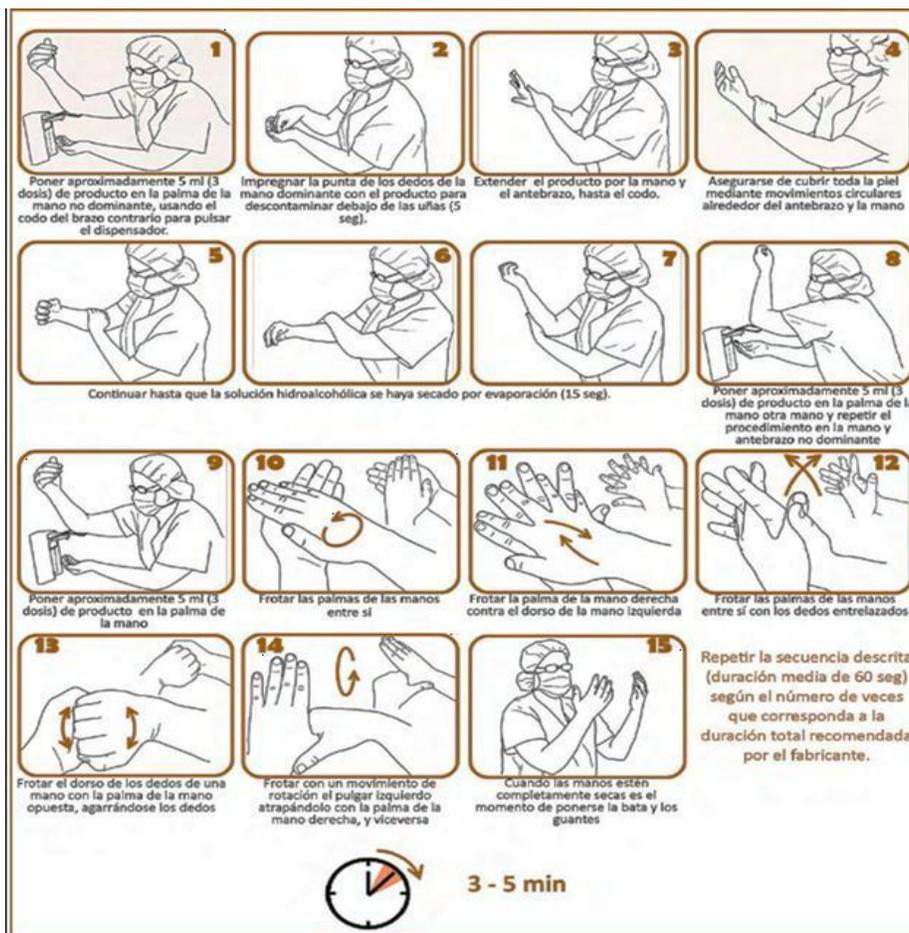
11. Proceda con el enjuague mínimo tres veces de las manos manteniéndolas levantadas sobre los codos



12. Mantener los brazos flexionados, elevados por encima de la cintura y alejados del cuerpo favoreciendo el escurrimiento del agua hacia los codos.



Técnica de higiene de manos quirúrgica, con solución a base de alcohol.



Momentos para higiene de manos

Este modelo integra las indicaciones para la higiene de las manos recomendadas por las Directrices de la OMS, en cinco momentos en los que se requiere higiene de manos.

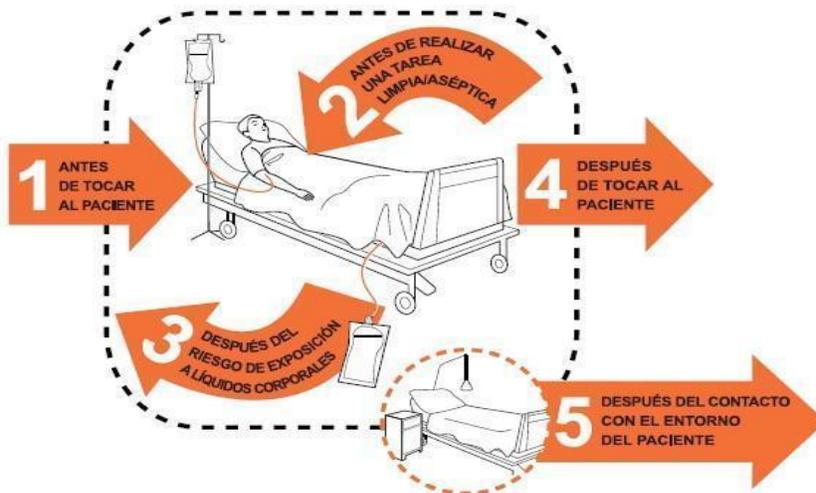
Se debe tener accesibilidad a los productos en el punto de atención al paciente y además diferenciar entre el medio asistencial y el entorno del paciente.

El entorno del paciente es definido como el espacio restringido donde se encuentra el paciente, incluye equipos y aparatos (ventiladores mecánicos, monitores, bombas de infusión, saturómetros), mobiliario (cama, cabecera del paciente, pie de suero y mesas auxiliares) y los elementos pertenecientes al paciente (termómetro, tensiómetro, bandeja de elementos para tratamiento de aspiración, juguetes, libros, etc)



El medio asistencial está compuesto por todos los mobiliarios y elementos que se constituyen fuera de este entorno del paciente (mesas de soluciones, balanzas, mesas auxiliares, armarios, carros de paro).

Indicaciones de los momentos para la Higiene de manos



Momento 1: protege a los pacientes de la colonización y/o infección que puede transmitir el personal de salud a través de sus manos.

Ejemplos: saludar, bañar, control de signos vitales, examen clínico, alimentar, etc.

Momento 2: proteger a los pacientes de la colonización y/o infección de su propia flora o de la que puede transmitir el personal de salud a través de sus manos.

Ejemplos: cuidado oral, ocular, aspiración de secreciones, contacto con piel no intacta, administración de medicación endovenosa, procedimientos invasivos, manipulación de drenajes, etc.

Momento 3: evitar la dispersión de microorganismos del paciente hacia el medio ambiente y la transmisión cruzada con otros pacientes.

Ejemplos: al finalizar actividades de contacto con mucosas y piel no intacta, luego de intubación endotraqueal, colocación de catéteres, manipulación de drenajes, etc.

Momento 4: evitar la dispersión de microorganismos del paciente hacia el medio ambiente y la transmisión cruzada con otros pacientes.

Ejemplos: saludar, bañar, examen clínico, o luego de cualquier contacto con el paciente.

Momento 5: el objetivo de este momento es igual al momento 4.

Ejemplos: luego de tocar las barandas de la cama, las bombas de infusión, etc.

Bibliografía:

- a) Deverick J. Anderson, Kelly Podgorny, Sandra I. Berríos-Torres, Dale W. Bratzler, E. Patchen Dellinger, Linda Greene, Ann-Christine Nyquist, Lisa Saiman, Deborah S. Yokoe, Lisa L. Maragakis and Keith S. Kaye (2014). Strategies to Prevent Surgical Site Infections in Acute Care Hospitals: 2014 Update. Infection Control, 35, pp 605-627
doi:10.1086/676022 <http://journals.cambridge.org/abstract>
- b) Global Guidelines for the Prevention of Surgical Site Infection. World Health Organization 2016. http://www.who.int/about/licensing/copyright_form
- c) Documento final de Consenso Interinstitucional “Actualización sobre medidas de prevención de infecciones del sitio quirúrgico”. Ministerio de Salud. Administración Nacional de Laboratorios e Institutos de Salud (ANLIS). Instituto Nacional de Epidemiología (INE). Sociedad Argentina de Infectología (SADI). Agosto 2015
- d) Lavado de manos. Vol. 17. 1995 Pág. 17 a 21. Asepsis. Ed. Especial americana.
- e) Durlach E. y Otros Epidemiología y Control de Infecciones en el Hospital 1o Ed. Bs. As. 2006
- f) Normas de A.D.E.C.I. para el control de las infecciones Bs. As. 2008
- g) Andión E. Prevención y Control de Infecciones Asociadas al Cuidado de la Salud Modulo I–V Bs. As. 2011.
- h) Normas prácticas para quirófano seguro. Asociación Argentina de enfermeras en control de infecciones. Buenos Aires vol. I Revisión 1995.Pág.27. Infecciones relacionadas a la terapia intravascular. Bs.As.vol. II 1995 Pág. 15
- i) Epidemiología y control de las infecciones hospitalarias. Instituto Nacional de Epidemiología
Dr. JUAN H. JARA
- j) www.taringa.net/posts/salud-bienestar.