

## ▶ CAMPAÑA HIGIENE DE MANOS 2016



### ▶ ¿Por qué es importante la higiene de manos?

La higiene de manos es la técnica más sencilla y eficaz para reducir la transmisión de las infecciones relacionadas con la asistencia sanitaria. Debe ser realizada por **TODAS** las personas implicadas en el cuidado del paciente, incluidas las visitas y los propios pacientes.

### ▶ ¿Quién debe hacerla?

Los **profesionales sanitarios** deben llevar a cabo una correcta higiene de manos siguiendo los 5 momentos.

Los **pacientes y sus acompañantes** también deben realizar una adecuada higiene de manos; **después** de tocar objetos y superficies que rodean al paciente, **antes** de comer, **después** de ir al baño y **antes** de marchar del hospital.

### ▶ ¿Cómo realizar la higiene de manos?

Mediante la técnica de lavado de manos o desinfección explicados en el interior de este díptico.

### ▶ ¡RECUERDA!

Los guantes **NUNCA SUSTITUYEN** a la medida de **HIGIENE DE MANOS**. No olvides los **5 MOMENTOS**.

# Tú que me cuidas...



# Limpia tus manos

Creando un Sistema Sanitario más Seguro

# ¿Cómo lavarse las manos?

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

**⌚ 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** Enjuáguese las manos con agua;

**9** Séquese con una toalla desechable;

**10** Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;

**11** Sus manos son seguras.



Organización  
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente  
UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES  
Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización. La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.

# ¿Cómo desinfectarse las manos?

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

**⌚ 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 las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

**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** Una vez secas, sus manos son seguras.



Organización  
Mundial de la Salud

Seguridad del Paciente  
UNA ALIANZA MUNDIAL PARA UNA ATENCIÓN MÁS SEGURA

SAVE LIVES  
Clean Your Hands

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización. La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material.

## SON 5 MOMENTOS

### ► ¿CUÁNDO DEBES REALIZAR LA HIGIENE DE MANOS?

- **ANTES** del contacto con el paciente.
- **ANTES** de realizar una tarea aséptica.
- **DESPUÉS** del riesgo de exposición a líquidos corporales.
- **DESPUÉS** del contacto con el paciente.
- **DESPUÉS** del contacto con el entorno del paciente.

### ...y además debes realizarla **ANTES Y DESPUÉS** de

- Entrar/Salir de la estancia del paciente.
- La utilización del Equipo de Protección Individual (EPI).

