

## GUÍA PARA EL APRENDIZAJE. Higiene y bioseguridad del ambiente

Fecha desde: 6/4/ 2020 Hasta: 10/ 04/ 2020

NOMBRE DE ALUMNO/A: ..... CURSO: .....

OA 4: Mantener las condiciones sanitarias y de seguridad en las dependencias donde se encuentran las personas bajo su cuidado, de acuerdo a las normas sanitarias y de seguridad vigentes.

AE 1: Aplica los procedimientos de aseo e higiene diariamente en la unidad de paciente y en su entorno más inmediato, de acuerdo a las normas sanitarias básicas de los centros de salud.

**Objetivo:** Conocer la importancia del lavado e higiene de manos, para la prevención de enfermedades.

**Instrucciones:** Copie o imprima el contenido de esta guía.

Realice la actividad indicada al final y envíela a los correos de la profesora que corresponda.

### Higiene de manos

La prevención de infecciones asociadas a la atención de salud, o programas de control de infecciones, es una disciplina de la epidemiología, la cuales es un pilar fundamental para reducir las **IAAS** y sus costos asociados.

En 1840 un médico de apellido Semmelweis percibió que podía disminuir la incidencia de **Fiebre Puerperal** introduciendo el lavado de manos con agua clorada o agua iodada antes de atender a las **puérperas**, y después de efectuar autopsias, por este motivo se implementó en el Hospital General de Viena esta práctica con excelentes resultados

La higiene de manos es un término genérico que se utiliza para disminuir la presencia de **microorganismos transitorios de la piel** mediante el uso de agua y jabón, denominado como lavado de manos o por medio del uso de soluciones alcohólicas para el frotado de las manos.

#### Tipos de higiene de manos

- **Lavado doméstico de manos:** Es el de uso común, de higiene personal; se practica comúnmente con un jabón convencional.
- **Lavado clínico de manos:** Es la higiene de manos que se realiza con agua y jabón y que permite reducir la flora transitoria de las manos
- **Lavado quirúrgico de manos:** Es el proceso que permite reducir la carga de microorganismos de la flora residente más profunda de las manos.
- **Higiene de manos con alcohol gel:** Asepsia de manos con uso de alcohol gel al 70%.

## Lavado de manos clínico

Se puede efectuar con jabón neutro o con jabón antiséptico según el procedimiento que se realizará y el riesgo del paciente.

### Técnica:

- Retirar joyas de manos y muñecas.
- Subir mangas sobre el codo.
- Abrir la llave del agua, mojar manos y antebrazos.
- Aplicar jabón.
- Friccionar las manos produciendo abundante espuma.

# ¿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



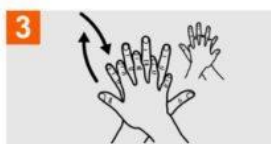
Mójese las manos con agua;



Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente 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;



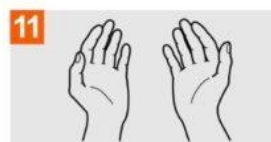
Enjuáguese las manos con agua;



Séquese con una toalla desechable;



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;



Sus manos son seguras.

### El cuidado de las manos

- Cuide sus manos aplicando regularmente una crema o loción de manos protectora, como mínimo una vez al día.
- No se lave las manos frecuentemente con agua y jabón inmediatamente antes o después de frotárselas con alcohol.
- No utilice agua caliente para lavarse las manos.
- Después de frotar las manos con desinfectante o de lavarlas, déjelas secar completamente antes de ponerse guantes.

### Recuerde

- No use uñas postizas cuando esté en contacto directo con los pacientes.
- Mantenga sus uñas bien cortadas

## Higienización con alcohol gel:

- Usar alcohol gel sólo cuando las manos estén visiblemente limpias, ya que se inactiva con la **materia orgánica**.
- La efectividad del Alcohol gel considera la fricción hasta su evaporación completa de las manos.
- La duración de la higiene con alcohol gel debe ser de 30 segundos.
- La higiene de manos con alcohol gel se puede realizar un número ilimitado de veces, sin embargo, si las manos están visiblemente sucias o con materia orgánica, se deben lavar con agua y jabón.

# ¿Cómo desinfectarse las manos?

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

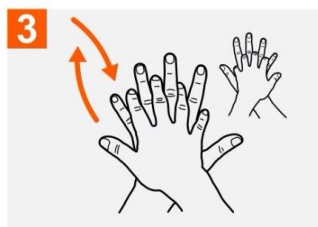
 Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos



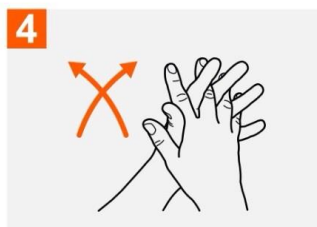
1a Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



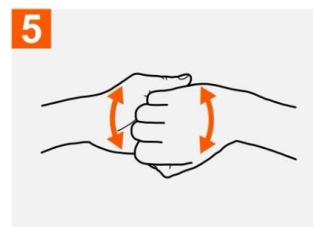
2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



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 Una vez secas, sus manos son seguras.

## Actividad

1. Investigue y registre el significado de las palabras que aparecen ennegrecidas y subrayadas.
2. Investigue y registre “los 5 momentos de la higiene de manos”.

Esta actividad puede ser enviada mediante foto de cuaderno o documento Word, hasta el 10 de abril.

En el siguiente link encontrará como se realiza el lavado de manos clínico. (Solo recuerde que si la llave lo permite, la puede cerrar con el codo mientras realiza la técnica)

<https://www.youtube.com/watch?v=bZkg3J9Au0k>

|                     |  |     |
|---------------------|--|-----|
| Patricia Pacheco C. | Correo: <a href="mailto:profe.patricia.pacheco@gmail.com">profe.patricia.pacheco@gmail.com</a>       | 3 F |
| Mitzy Carvajal E.   | Correo: <a href="mailto:mitzyc.1282@gmail.com">mitzyc.1282@gmail.com</a>                             | 3 E |
| Marilyn Vivanco C   | Correo: <a href="mailto:marilin.Vivanco.cordova@Hotmail.com">marilin.Vivanco.cordova@Hotmail.com</a> | 3 G |