

# GUÍA PARA EL LAVADO DE MANOS EN ÁREAS DE CUIDADO DE SALUD

## Subcomisión de Bioseguridad

### AAM

El lavado de manos es el método más efectivo para prevenir la transferencia de microorganismos entre personas de la comunidad, personal de salud y pacientes.

Provoca una disminución significativa de la portación de gérmenes en las mismas.

También se ha comprobado que reduce la morbi-mortalidad por infecciones intrahospitalarias.

Existen tres tipos de lavado de manos:

- **Lavado higiénico y social**

Proceso para remover suciedad y microorganismos transitorios.

- **Lavado de manos antiséptico**

Proceso para remover o destruir microorganismos transitorios.

Usar solución jabonosa antimicrobiana, de amplio espectro, de acción rápida, no irritante, para uso frecuente.

Acción primaria: remover mecánicamente la suciedad y eliminar o matar la flora transitoria.

- **Lavado de manos quirúrgico**

Usar una solución jabonosa antimicrobiana, de amplio espectro, de acción rápida, no irritante, para reducir el número de microorganismos, incluyendo gran parte de la flora residente en la piel intacta.

## **Lavado de manos higiénico o social dentro de las instituciones de salud**

El personal deberá lavarse las manos de forma regular y correcta.

Antes de lavárselas, es preciso quitarse las joyas. Los procedimientos de higiene sencillos pueden limitarse a las manos y a las muñecas.

### **Técnica**

- Usar agua tibia y jabón común o detergente
- El jabón en barra debe ser pequeño, en lo posible trocitos de jabón para que después de cada lavado se desechen o bien, se cambie con frecuencia
- Mojar con agua, aplicar jabón o detergente, cubrir toda la superficie de manos y dedos, llegando hasta los pliegues de las muñecas. Formar espuma abundante y frotar por 10-15 segundos
- Lavar bien la zona interdigital
- Durante el procedimiento las manos deben estar hacia arriba alejadas de la vestimenta
- Para la higiene de las uñas se usará cepillo de manos o palillo de punta redondeada
- Enjuagar con abundante agua
- Secar con toallas de papel descartable
- Cerrar la canilla con la toalla descartable para evitar recontaminar las manos ya lavadas
- Descartar la toalla en recipiente con bolsa negra

### **¿Cuándo realizarlo?**

- Antes y después de colocarse los guantes
- Antes de comenzar la tarea diaria
- Luego de estornudar, toser o ir al baño
- Antes de tocar los alimentos
- Antes y después de comer o dar de comer al paciente
- Cuando las manos estén visiblemente sucias
- Antes y después de realizar la limpieza del ambiente
- Al finalizar la tarea diaria

***Pueden realizarse friegas con alcohol o alcohol en gel en las manos para descontaminarlas cuando estén ligeramente sucias y no se puedan lavar con agua y jabón.***

### **Lavado con gel alcohólico**

- Aplicar la solución alcohólica en cantidad suficiente para humedecer la superficie de manos y muñecas
- Distribuir por manos y dedos y friccionar palmas, dorsos y espacios interdigitales por 15 segundos
- Si hubiera suciedad visible, este tipo de lavado NO es efectivo, por lo que deberá realizarse un lavado con agua y jabón simple o antiséptico

## **Lavado de manos antiséptico**

### **Técnica**

- Usar agua tibia y aproximadamente 5 cc de jabón antimicrobiano líquido (iodopovidona o clorhexidina)
- Mojar las manos con agua, aplicar el jabón o solución jabonosa, frotar por 10 ó 15 segundos
- Cubrir toda la superficie de manos y dedos, llegando hasta los pliegues de las muñecas
- Para la higiene de las uñas se usará cepillo de manos o palillo de punta redondeada
- Enjuagar con abundante agua
- Secar con toallas de papel descartable
- Cerrar la canilla con la toalla descartable para evitar recontaminar las manos ya lavadas

*Como alternativa, si no hay suciedad visible se puede utilizar una preparación alcohólica con un emoliente (es una alternativa al procedimiento de lavado antiséptico, pero no elimina la suciedad)*

### **¿Cuándo realizarlo?**

- Entre paciente y paciente
- Durante la realización de un procedimiento invasivo o toma de muestra, etc.
- Antes y después de curación de heridas
- Antes y después de la preparación de soluciones parenterales y /o su administración
- Antes y después de aspirar secreciones de vías respiratorias
- Antes y después de preparar, administrar y/o manipular sangre y sus derivados
- Antes de vestir ropa para cirugía
- Antes y después de medir la presión nerviosa central o monitoreo de presión intravascular
- Antes y después de manipular equipos de asistencia respiratoria mecánica, catéteres intravasculares , sondas vesicales

## **Lavado de manos quirúrgico**

### **Técnica**

- Lavar profundamente toda la superficie de manos y dedos, pliegues de las muñecas y antebrazo con solución jabonosa antiséptica y enjuagar
- Las manos deberán mantenerse hacia arriba y alejadas de la vestimenta
- Para la higiene de las uñas se usará cepillo descartable de manos o palillo de punta redondeada. El cepillo deberá estar preparado en envoltorio individual y estéril
- Colocar solución antiséptica luego de la higiene de las uñas. Frotar manos y antebrazos con cepillo o esponja descartable. Friccionar los mismos en los cuatro lados realizando el cepillado desde las manos hacia los codos
- Enjuagar con abundante agua
- Secar con compresas estériles
- Cerrar la canilla con el codo. En caso de no haber canillas para quirófano, cerrarla utilizando una compresa estéril o toalla descartable para evitar recontaminar las manos ya lavadas
- Descartar el cepillo o esponja en recipiente seco ubicado lejos de la pileta
- Considerar el tiempo total de lavado, con gluconato de clorhexidina, de 5 minutos antes de la primera cirugía y entre 2 a 4 minutos entre cirugías. Tiempos mayores lesionan la piel y menores no son efectivos

### **¿Cuándo realizarlo ?**

- Antes de cada procedimiento quirúrgico
- Colocación de catéteres
- Canalización
- Cirugías menores