

# RECOMENDACIONES PARA ENFERMERÍA EN EL LAVADO DE MANOS

AUTORES: SORIA BECERRIL, BC. ZÚÑIGA ESTÉVEZ, L. DÍAZ ORTEGA, MM.

Miles de personas contraen infecciones diariamente mientras reciben atención sanitaria.

Las manos son la principal vía de transmisión de gérmenes.

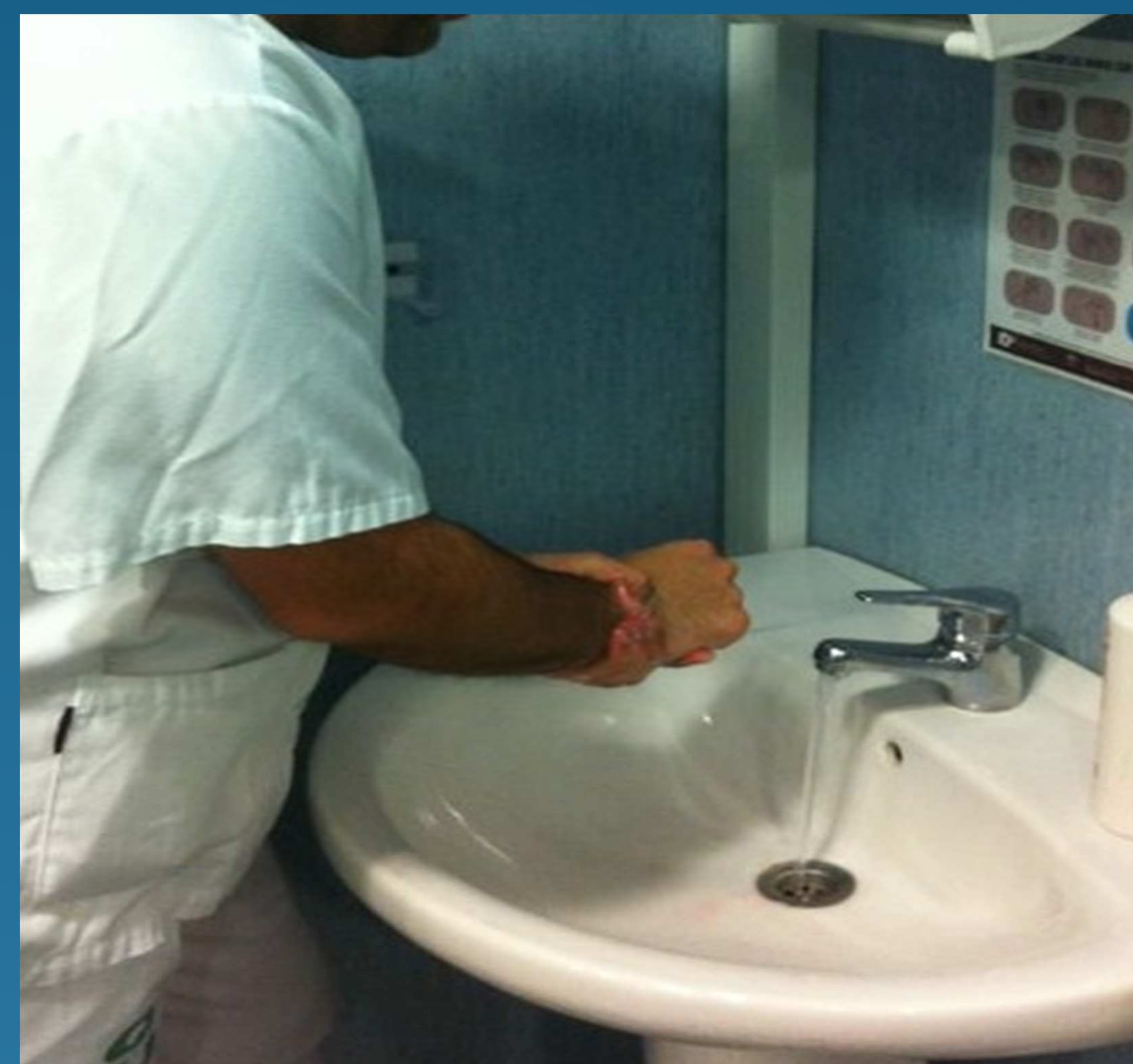
La higiene de las manos es la medida más importante para evitar la transmisión de gérmenes perjudiciales y evitar las infecciones nosocomiales.

Existen distintos tipos de higiene para el lavado de manos según las necesidades requeridas:

## LAVADO DE MANOS HIGIÉNICO.

Lo realizará todo profesional o dispensador de servicios de atención sanitaria, o cualquier persona que participe directa o indirectamente en la atención a un paciente, debe mantener la higiene de sus manos. Se debe utilizar soluciones hidroalcohólicas invirtiendo en ello unos 20-30 segundos. Pasos a seguir:

- 1.- Moje las manos y deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir toda la superficie a tratar.
  - 2.- Frote las palmas de las manos entre sí.
  - 3.- Frote la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.
  - 4.- Frote las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.
  - 5.- Frote el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.
  - 6.- Frote con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo atrapándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.
  - 7.- Frote la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.
- ...una vez secas, sus manos son seguras.



## LAVADO DE MANOS QUIRÚRGICO:

Este tipo de lavado está indicado antes de cualquier procedimiento invasivo, como puedan ser cirugías, canalización de vías, instalación de catéteres urinarios permanentes, etc.

En este caso utilizamos para el lavado soluciones antisépticas tipo clorhexidina o jabón yodado. También es necesario el uso de cepillos indicados para el lavado de manos quirúrgico. En ocasiones estos cepillos llevan incorporado el antiséptico.

La duración total del lavado será de unos 5-8 minutos

- 1.- Moje las manos y antebrazos hasta dos o tres centímetros por encima del codo.
- 2.- Aplique jabón quirúrgico en las manos y distribúyalo hasta dos o tres centímetros por encima de los codos.
- 3.- Realice un lavado meticuloso de las manos, uñas y antebrazo durante un periodo de tres minutos.
- 4.- Enjuague todo el jabón. Mantenga siempre las manos elevadas para que evitar que estas se contamine con el agua presente en los antebrazos.
- 5.- Aplique nuevamente jabón quirúrgico sobre las manos, esta vez manipulando el dispensador con el codo.

*El segundo tiempo de lavado debe hacer énfasis en las manos.*

- 6.- Remueva todo el material extraño que se encuentre debajo de las uñas.
- 7.- Inicialmente distribuya el jabón quirúrgico hasta el tercio distal del antebrazo con movimientos circulares.
- 8.- Realice el lavado de manos frotando palma con palma, dorso con dorso, y dorso con palma. Lave cada uno de los espacios interdigitales y a continuación lave cada uno de los dedos por cada una de sus caras.
- 9.- Enjuague todo el jabón, manteniendo las manos elevadas.
- 10.- Una vez aclarado, secar con compresas estériles en la misma dirección.

Nota: una vez terminado el aclarado no tocar grifo, objetos ni superficies no estériles.



Como **objetivos** fundamentales, encontramos:

- 1.- Técnica sencilla y de bajo coste.
- 2.- Reduce el número de microorganismos en las manos.
- 3.- Reduce el riesgo de contaminación cruzada entre los pacientes y/o personal.

***Una higiene de manos eficaz y eficiente puede reportarnos muchos beneficios***

#### Bibliografía:

- 1.- Bazán Calvillo, J. Higiene de manos e infección nosocomial. Rev. Paraninfo Digital, 2012; 15.
- 2.- [http://www.who.int/gpsc/5may/tools/ES\\_PSP\\_GPSC1\\_Higiene-de-las-Manos\\_Brochure\\_June-2012.pdf](http://www.who.int/gpsc/5may/tools/ES_PSP_GPSC1_Higiene-de-las-Manos_Brochure_June-2012.pdf)