

¿CUÁNDO?

ANTES DE LA ASISTENCIA

- Antes de empezar y después de finalizar la jornada de trabajo.
- Cada vez que las manos estén visiblemente sucias.
- Antes y después de la comida.
- Antes y después de ir al baño.
- Después de estornudar, sonarse nariz, toser, etc.
- Antes de poner los EPI para una asistencia.

AL RECIBIR UN AVISO

- Lavar las manos con preparados de base alcohólica, frotar durante 20-30 segundos hasta secar totalmente.
- Colocar doble guante.
- A la llegada a domicilio, y antes de tocar al paciente o su entorno, desechar el primer guante.

DURANTE LA ASISTENCIA

- Antes y después del contacto directo con pacientes.
- Antes de manipular un dispositivo invasivo como parte de la asistencia al paciente.
- Después de entrar en contacto con líquidos o excreciones corporales, mucosas, piel no intacta o vendajes de heridas.
- Al atender al paciente, cuando se pase de un área del cuerpo contaminada a otra limpia.
- Después de entrar en contacto con objetos inanimados (incluso equipo médico) en la inmediata vecindad del paciente.
- Antes de manipular medicamentos.
- Después de quitar los guantes.

¿Es suficiente con ponerse guantes?



NO, el uso de guantes no sustituye la limpieza de las manos por fricción o lavado.

- Lavado y secado de manos antes y después de usar guantes.
- Usar guantes con las manos húmedas aumenta el riesgo de irritación de la piel.
- No meter los guantes usados en los bolsillos.
- No usar cremas hidratantes antes de su uso.
- Llevar uñas cortas y no utilizar anillos o pulseras, por riesgo de rotura.
- Proteger con apósitos las heridas en manos.

Tener precaución para que no dé una falsa sensación de protección o en el peor de los casos favorecer la contaminación al ponerse los guantes.

Antes de colocar cualquier EPI debe realizarse una correcta y eficaz higiene de manos, ya que, de lo contrario podemos contaminar los guantes, gafas, mascarillas, etc, llevando los microorganismos más próximos a los ojos, boca o nariz, y consecuentemente un mayor riesgo de contagio para el profesional y para el paciente si el guante está contaminado.

¿Cuándo hay que cambiarse los guantes?



- Después de un tiempo prolongado de uso, unos 30 minutos.
- Después de cambios de procedimiento en el mismo enfermo o al pasar de una zona del cuerpo contaminada a otra limpia del mismo paciente o al medio ambiente.
- Cuando entren en contacto con material contaminado.
- Después de atender al paciente.
- No usar el mismo par para atender a más de un paciente.
- No reutilizar los guantes.
- Para quitar los guantes, tirar desde la muñeca hasta los dedos, teniendo cuidado que la parte exterior del guante no toque la piel.

PREGUNTAS FRECUENTES

¿Qué es mejor el lavado con agua y jabón o desinfectante de base alcohólica?



Solución Hidroalcohólica

Recomendada por la OMS para desinfectar las manos cuando éstas NO estén visiblemente sucias.

Es más rápido, más eficaz y mejor tolerado por las manos que el jabón.

¿Qué cantidad?

▶ Debe ponerse como norma general dos pulsaciones del dispensador de 3ml, para la manos, con especial atención en pulgares, dorso de dedos y uñas.

Tiempo

▶ 20 a 30 segundos.



Agua y jabón

Cuando estén visiblemente sucias, manchadas de sangre u otros fluidos corporales, o bien cuando haya sospechas fundadas o pruebas de exposición a organismos con capacidad de esporular ej: brotes de Clostridium difficile, o Bacillus anthracis, así como después de ir al baño.

¿Qué cantidad?

▶ La espuma de jabón debe cubrir y extenderse por toda la superficie de las manos.

Tiempo

▶ 40 a 60 segundos.

¿Se puede usar ambas a la vez?



NO

Es innecesario y **puede producir dermatitis**, una lesión dérmica que puede aumentar el riesgo al convertirse en reservorio de microorganismo o facilitar la entrada por microerosiones.

El uso de crema de manos ayuda a mantener la piel en buen estado y previenen que la piel deteriorada acumule microorganismos.

¿Se pueden llevar uñas artificiales o portar anillos, pulseras, relojes, etc?

NO, no usar uñas artificiales ni extensiones de uñas cuando se tenga contacto directo con pacientes y mantener las uñas naturales cortas (puntas de menos de 0,5 cm de largo).

Los anillos, las pulseras, o relojes contribuyen a ser reservorios de los microorganismos, y no permiten un correcto lavado, por lo que deben ser retirados.

PRECAUCIONES PREPARADOS DE BASE ALCOHÓLICA

Irritan los ojos.



Evítese el contacto con los ojos, mucosas y zonas sensibles de la piel. En caso de contacto con los ojos, lávese inmediata y abundantemente con agua.

Manténgase el recipiente bien cerrado. Conservar alejado de toda llama o fuente de chispas. No fumar.

[Fichas técnicas y de seguridad en el Mapa de Procesos](#)

REFERENCIAS

[OMS. Una atención limpia es una atención más segura](#)