



Salud Pública

“LA HIGIENE DE LAS MANOS, CLAVE PARA UNA ATENCIÓN SEGURA Y PARA PREVENIR LA RESISTENCIA A LOS ANTIBIÓTICOS”

<http://www.who.int/gpsc/5may/tools/es/>

Tomado de: <https://goo.gl/sboE9y>

Juan Carlos González***



*** MD. Especialista Medicina Familiar Integral, MSP. Director Departamento de Medicina Comunitaria – juan.gonzalez@juanncorpas.edu.co

Una alarmante realidad

A nivel hospitalario, casi 2 de 3 personas no se lavan las manos de forma adecuada cuando entran en contacto con pacientes. Eso determina un riesgo inmenso de propagación de bacterias resistentes.

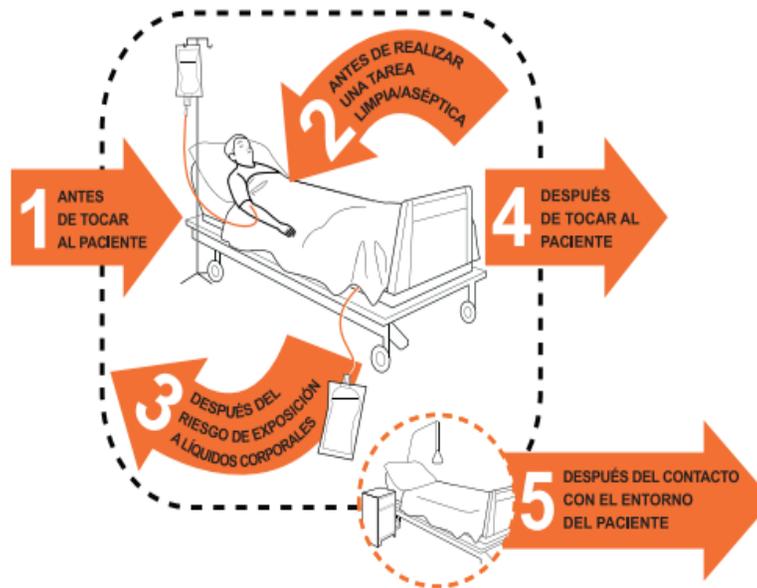
Un lema

“La lucha contra la resistencia a los antibióticos está en sus manos” es la propuesta que la OMS está haciendo a todo el personal de salud para prevenir las infecciones hospitalarias y la resistencia bacteriana.

Cuándo lavarse

Son cinco los momentos:

Sus 5 Momentos para la Higiene de las Manos



http://www.who.int/gpsc/information_centre/gpsc_5_momentos_poster_es.pdf?ua=1

1. Antes de tocar al paciente (todos).
2. Antes de realizar alguna intervención aséptica (enfermería).
3. Después de tocar o exponerse a líquidos corporales (enfermeras, médicos, terapia respiratoria).
4. Después de tocar al paciente (todos).
5. Después de contacto con el entorno del paciente (todos).

1	ANTES DE TOCAR AL PACIENTE	¿CUÁNDO?	Lávese las manos antes de tocar al paciente cuando se acerque a él.
		¿POR QUÉ?	Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que tiene usted en las manos.
2	ANTES DE REALIZAR UNA TAREA LIMPIA/ASÉPTICA	¿CUÁNDO?	Lávese las manos inmediatamente antes de realizar una tarea limpia/aséptica.
		¿POR QUÉ?	Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos que podrían entrar en su cuerpo, incluidos los gérmenes del propio paciente.
3	DESPUÉS DEL RIESGO DE EXPOSICIÓN A LÍQUIDOS CORPORALES	¿CUÁNDO?	Lávese las manos inmediatamente después de un riesgo de exposición a líquidos corporales (y tras quitarse los guantes).
		¿POR QUÉ?	Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente.
4	DESPUÉS DE TOCAR AL PACIENTE	¿CUÁNDO?	Lávese las manos después de tocar a un paciente y la zona que lo rodea, cuando deje la cabecera del paciente.
		¿POR QUÉ?	Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente.
5	DESPUÉS DEL CONTACTO CON EL ENTORNO DEL PACIENTE	¿CUÁNDO?	Lávese las manos después de tocar cualquier objeto o mueble del entorno inmediato del paciente, cuando lo deje (incluso aunque no haya tocado al paciente).
		¿POR QUÉ?	Para protegerse y proteger el entorno de atención de salud de los gérmenes dañinos del paciente.

http://www.who.int/gpsc/information_centre/gpsc_5_momentos_poster_es.pdf?ua=1



La campaña no solo implica el lavado en los cuidados hospitalarios.

SAVE LIVES
Clean **Your** Hands

La higiene de las manos en la asistencia ambulatoria y domiciliaria y en los cuidados de larga duración

Guía de aplicación de la estrategia multimodal de la OMS para la mejora de la higiene de las manos y del modelo "Los cinco momentos para la higiene de las manos"

GOBIERNO DE ESPAÑA | MINISTERIO DE SANIDAD, SERVICIOS SOCIALES E IGUALDAD | Organización Mundial de la Salud

http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/84918/1/9789243503370_spa.pdf?ua=1

También insiste en la atención ambulatoria, de hecho en un extraordinario texto que recomendamos leer (1)⁺⁺⁺. Asimismo, en la página de la OMS encontrará unas excelentes recomendaciones de acuerdo a situaciones particulares en el ámbito hospitalario en la dirección <http://www.who.int/gpsc/5may/tools/es/>

Recordar

“Limpiarse las manos toma 20 segundos, pero desarrollar nuevos antibióticos demora años”.

⁺⁺⁺ http://apps.who.int/iris/bitstream/10665/84918/1/9789243503370_spa.pdf?ua=1



¿Cómo lavarse las manos?



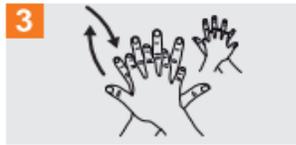
0 Mójese las manos con agua;



1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



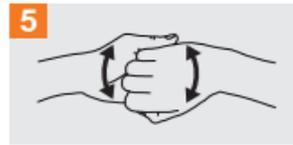
2 Frótese las palmas de las manos entre si;



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 si, 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;



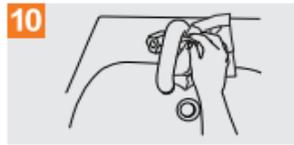
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

http://www.who.int/gpsc/information_centre/gpsc_lavarse_manos_poster_es.pdf?ua=1

Nosotros



<https://goo.gl/HD97h9>

Nuestra facultad va a tener que repetir e insistir mucho con este mensaje para convertir a nuestros futuros egresados en garantes del lavado de manos en los hospitales a donde vayan. Bien vale la pena promover investigaciones sencillas para saber cómo lo estamos haciendo en la actualidad en los ambientes que nos conciernen.

Hemos de recordar que nuestros estudiantes aprenden más del ejemplo que ven en sus docentes que de lo que decimos.

iCorpas segura!

