GUIA DE LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE MANOS

1. PROPÓSITO
Disminuir el riesgo de contacto con la COVID-19, a través de la estrategia de la higiene de manos.

2. ALCANCE:
Debe ser aplicado por los trabajadores y personas que ingresen a la empresa.

3. OBJETIVO:
Establecer criterios para así alcanzar un alto grado de limpieza y desinfección de las manos.

4. RESPONSABLE:
Personal administrativo y operativo, clientes, usuarios, proveedores y contratistas.

5. DEFINICIONES:

ASEPSIA: Es la condición libre de microorganismos que producen enfermedades o infecciones.

ANTISEPSIA: Es el conjunto de procedimientos físicos, mecánicos y preferentemente químicos, que se emplean para destruir los gérmenes patógenos, es sinónimo de desinfección.

ANTISÉPTICO: Son sustancias antimicrobianas que se aplican a un tejido vivo o sobre la piel para reducir la posibilidad de infección, sepsis o putrefacción. En general, deben distinguirse de los antibióticos que destruyen microorganismos en el cuerpo, y de los desinfectantes, que destruyen microorganismos existentes en objetos no vivos.

DESCONTAMINACIÓN O SANITIZACIÓN POR MEDIO DE FRICCIÓN CON ALCOHOL: Disminución de la microbiota transitoria de la piel de las manos por medio de la fricción con alcohol.

FRICCIÓN ANTISÉPTICA DE MANOS: Aplicar un producto antiséptico para frotar las manos en todas las superficies con el fin de reducir la presencia de microorganismos. Implica frotar una solución antimicrobiana en las manos sin el uso de agua ni toallas. La fricción higiénica de las manos con preparaciones con alcohol, es superior que el agua y el jabón corriente y es equivalente en la mayoría de las situaciones al lavado clínico de las manos. Suministra la actividad antimicrobiana más rápida y efectiva de todos los métodos. Destruye sustancialmente la flora transitoria en las manos.

GEL DESINFECTANTE: Preparado de base alcohólica (líquido, gel o espuma) formulado para ser aplicado en las manos a fin de reducir la proliferación de microorganismos. Estos preparados pueden contener uno o más tipos de alcohol con excipientes, otros principios activos y humectantes.

LAVADO DE MANOS: Disminución de la microbiota transitoria de la piel de las manos por medio del uso de agua y un antiséptico de alta eficiencia.

LAVADO DE MANOS HIGIÉNICO: Lavado de manos simplemente con agua y jabón convencional (ph neutro)

MICROBIOTA: Es el conjunto de microorganismos que se localizan de manera normal en distintos sitios del cuerpo humano.

MICROORGANISMOS RESIDENTES: se refiere a los microorganismos que se encuentran en capas profundas de la piel, como por ejemplo en los folículos pilosos.

MICROORGANISMOS TRANSITORIOS: son aquellos que se encuentra en la superficie de la piel, depositados allí por contacto directo con otras superficies.

6. PRODUCTOS USADOS PARA LA HIGIENE DE MANOS

✓ JABONES Y GELES NO ANTISÉPTICOS:

Son productos detergentes capaces de eliminar la suciedad y algunas sustancias orgánicas de las manos. Poseen, en general, mínima actividad antimicrobiana, y no son suficientemente eficaces para eliminar los patógenos de las manos del personal sanitario.

Se recomiendan para el lavado de manos cuando existe suciedad visible.

✓ ALCOHOLES Y SOLUCIONES DE BASE ALCOHÓLICA

Los alcoholes utilizados habitualmente como antisépticos de manos son isopropanol, etanol y n-propanol. Las soluciones que contienen un 60-95% de alcohol son las más eficaces. Dichas soluciones presentan una excelente actividad in vitro frente a bacterias gram positivas y gram negativas, incluyendo microorganismos multirresistentes (SAMR, Enterococcus resistente a vacomicina), Mycobacterium tuberculosis, ciertos hongos y virus con envuelta lipídia (incluyendo el VIH, influenza y el VRS, y en general también el VHB y VHC). Además de la actividad in Vitro, su eficacia in vivo se ha comprobado en múltiples estudios científicos. Las soluciones de base alcohólica no son apropiadas cuando las manos están visiblemente sucias o contaminadas con abundante material proteico.

7. DESCRIPCION DE ACTIVIDADES:

El lavado de manos es el procedimiento antiséptico utilizado para eliminar los microorganismos patógenos de la piel. Es la medida más sencilla y menos costosa demostrada para la prevención de infecciones de persona a persona en este momento de gran importancia en la prevención del COVID-19.

Existen 2 tipos, la tradicional que se realiza mediante el uso de agua y jabón y la nueva técnica de higiene de manos con soluciones alcoholadas.

7.1TECNICA DE HIGIENE DE MANOS CON AGUA Y JABON:

- ✓ Mantenga las uñas cortas.
- ✓ Adopte una posición cómoda frente al lavamanos.
- ✓ Abra la llave del agua haciendo uso de la perilla, humedezca manos
- ✓ Aplique abundante jabón líquido y distribúyalos uniformemente en manos y antebrazos.
- ✓ Frote palma contra palma
- ✓ Palma derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando sus dedos y luego, al contrario
- ✓ Frótese las palmas de las manos con los dedos entrelazados
- ✓ Frótese el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, manteniendo unidos los dedos
- ✓ Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, fróteselo con un movimiento de rotación 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.
- ✓ Friccione el antebrazo de la muñeca hasta el codo (distal a proximal), efectuando movimientos circulares sin retornar.
- ✓ Enjuague con abundante agua dejándolo correr de los dedos a los codos. Conserve los brazos separados del tronco y las manos por encima del nivel del codo.
- ✓ Asegúrese de remover completamente el jabón para evitar el riesgo de dermatitis.
- ✓ Seque con toalla desechable.
- ✓ Cerrar las llaves del lavamanos usando una toalla desechable seca de manera que con las manos limpias no se tenga contacto.
- ✓ Desechar la toalla.

7.2 TECNICA DE HIGIENE DE MANOS CON GEL DESINFECTANTE O ALCOHOL GLICERINADO.

Se realiza la misma técnica que en el lavado de manos, pero con uso de gel desinfectante o alcohol glicerinado

Pasos de la Técnica de higiene de manos con solución alcoholada según OMS

- Depositar en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir toda la superficie a tratar.
- Frótese las palmas de las manos entre sí. (PALMAS)
- Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa. (DORSO)
- Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados. (ENTRE LOS DEDOS)
- Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos. (NUDILLOS)
- Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa. (PULGAR)
- Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa. (UÑAS)
- Deje secar sus manos.

8. CUANTO TIEMPO DEBE REALIZARSE LA HIGIENE DE MANOS

8.1 CON AGUA Y JABÓN

Como se mencionó antes desde los 30 segundos se elimina una carga bacteriana importante por lo que la literatura reporta que con un lavado enérgico de 30 a 60 segundos es suficiente para disminuir la flora transitoria, sin embargo, la OMS recomienda se realice el lavado de manos durante 40 a 60 segundos.

8.2 CON SOLUCIÓN ALCOHOLADA

La ventaja es el menor tiempo al realizar la técnica además de que si se tienen dispositivos en las áreas no hay que ir hasta el lavabo para realizarla. El tiempo indicado por la OMS para esta técnica es de 20 a 30 segundos**.**

INDICACIONES DE CUANDO REALIZAR LAVADO DE MANOS