PROCEDIMIENTO: HIGIENE DE MANOS
(Incluido en la NIC Protección contra las infecciones Código NIC: 6550)

1. DESCRIPCIÓN: (¿Qué es?)
Se entiende por higiene de manos un procedimiento cuyo objetivo es reducir el número de microorganismos que hay en la piel de las manos [1]

Tipos:

- ☑ Lavado de las Manos: Cuando el procedimiento se realiza con agua y jabón[1]
- ☑ Desinfección de las Manos: Cuando se realiza con un preparado de base alcohólica o con un jabón antiséptico [1]
- ☑ Desinfección prequirúrgica de Manos

2. OBJETIVO: (¿Para qué?)
- Evitar la propagación de las infecciones que se transmiten a través del contacto.
- contribuir a la reducción de las infecciones relacionadas con la atención sanitaria.

3. Actividad Enfermera (¿Quién?).
Incluido en la NIC Protección contra las infecciones Código NIC: 6550)
NANDA/NOC/NIC:

NANDA	NOC	NIC
00043 Protección inefectiva 00004 Riesgo de infección	33010 Satisfacción: Paciente Usuario-Seguridad 1908 Detección del Riesgo 1902 Control del riesgo	**6550 Protección contra las infecciones**

4. INDICACIÓN: (¿Por qué razón?)
Está justificada por el riesgo de transmisión de gérmenes de una superficie a otra.

Se formula de acuerdo con un punto de referencia temporal:
"antes" o "después" del contacto.
Las indicaciones "antes" o "después" no necesariamente corresponden al comienzo y a la conclusión de una secuencia o actividad asistencial.
Las Indicaciones que incorporan las recomendaciones de la OMS para la higiene de las manos.
Ocurren durante los movimientos entre diversas zonas, durante las transiciones de una tarea a otra cerca de los pacientes, entre los pacientes, o a cierta distancia de ellos.
Se han adoptado cinco indicaciones, que constituyen los puntos de referencia temporal fundamentales para los profesionales sanitarios.

Enmarcada en la Estrategia Seguridad del Paciente 2015-2020 impulsada y promovida por El Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad (MSSSI) 1

También responde a la campaña promovida por La OMS y el Ministerio de Sanidad, Servicios Sociales e Igualdad del 5 de mayo de 2017, cuyo objetivo principal este año es evitar la propagación de la resistencia a los antibióticos.

5. PASOS GUIADOS: ¿Cómo?
Videos Tutoriales

Ministerio Sanidad y Política Social
http://www.msc.es/campannas/campanas09/videos/HIGIENE_MANOS.wmv

HUG- Vigigeme (Español)http://www.hcuge.ch/~infotec/videos/0_les_mains.flv

Vídeos higiene prequirúrgica de manos con solución hidroalcohólica
http://www.youtube.com/watch?v=5mCyz9iWgBw
https://www.youtube.com/watch?v=za-iyQ9u0FA

Técnica para una correcta higiene de manos

Con agua y jabón:
40-60 segundos

Con solución alcohólica:
20-30 segundos

1

1

2

Palma contra palma.

3

Palma de la mano izquierda sobre el dorso de la mano derecha con los dedos entrelazados y viceversa.

4

Palma contra palma con los dedos entrelazados.

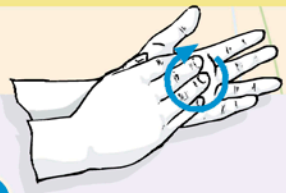
5

Dorso de los dedos contra la palma opuesta con los dedos recogidos.

6

Fricción en rotación del pulgar derecho dentro de la palma de la mano izquierda y viceversa.

7



Fricción en rotación con movimientos de vaivén. Los dedos juntos de la mano derecha sobre la palma de la mano izquierda y viceversa.

8

Aclarar y secar con toalla de un sólo uso

Sírvase de la toalla para cerrar el grifo

8

Dejar secar al aire

Recuerda No dejes de hacer lo que está en tus manos

La Suma de Todos

Comunidad de Madrid

SaludMadrid

Observatorio Regional

6. **Recomendaciones** (Puntos a tener en cuenta)

¿Cuánto tiempo tarda en realizarse la higiene de manos?

Para el lavado la duración de la frotación de las manos con agua y jabón debe ser de 15 segundos más el tiempo necesario para el enjuagado y posterior secado. La fricción de las manos con preparados de base alcohólica debe mantenerse hasta que las manos estén completamente secas. Es necesario que la cantidad de preparado permita friccionar las manos como mínimo durante 15 segundos. Si el fabricante recomendara más tiempo deben seguirse siempre sus indicaciones.

¿Que factores deben tenerse en cuenta para evitar perjudicar la piel de las manos?

Para evitar problemas dermatológicos es muy importante que al finalizar el procedimiento las manos estén perfectamente secas. Tras el lavado con agua y jabón deben utilizarse las toallas de papel necesarias para asegurar que las manos están completamente secas. Así mismo, cuando la higiene se realiza con un preparado de base alcohólica, la fricción de las manos debe continuarse hasta que el preparado se haya secado completamente. Es muy recomendable que los profesionales sanitarios cuiden la piel de sus manos hidratándolas varias veces al día preferentemente una vez finalizada la jornada laboral.

¿El uso de guantes puede sustituir a la higiene de manos?

No, nunca. Los guantes en ningún caso sustituyen a la higiene de las manos. Si se utilizan, deben cambiarse siempre de un paciente a otro y cada vez que se retiren debe realizarse una higiene de manos.

Ultima Revisión Fecha: mes...../2017
Autores de la Revisión: Grupo de Normalización de Procedimientos Enfermeros En C.O.T. AEETO
Fuentes y/o Referencias Bibliográficas
1. https://www.seguridaddelpaciente.es/ 2. http://www.who.int/gpsc/5may/tools/ES_PSP_GPSC1_Higiene-de-las-Manos_Brochure_June-2012.pdf 3. http://www.amepreventiva.es/higienemanos/hmaudiovisual.html
Próxima Revisión→ Fecha: mes...../2018

ANEXOS (1)

Higiene de las manos: ¿por qué, cómo, cuándo?

¿POR QUÉ?

- Miles de personas mueren diariamente en todo el mundo a causa de infecciones contraídas mientras reciben atención sanitaria.
- Las manos son la principal vía de transmisión de gérmenes durante la atención sanitaria.
- La higiene de las manos es, , la medida más importante para evitar la transmisión de gérmenes perjudiciales y evitar las infecciones asociadas a la atención sanitaria.
- Explicaremos aquí cómo y cuándo practicar la higiene de las manos.

¿QUIÉN?

- 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 y saber cómo hacerlo correctamente en el momento adecuado.

¿CÓMO?

- Limpie sus manos **frotándolas con un desinfectante a base de alcohol**, como medio habitual preferente para desinfectar las manos cuando éstas no estén visiblemente sucias. Es más rápido, más eficaz y mejor tolerado por las manos que lavarlas con agua y jabón.
- **Lávese las manos con agua y jabón** cuando estén visiblemente sucias, manchadas de sangre u otros fluidos corporales, o después de usar el inodoro.
- Cuando se sospeche o se tenga constancia de haber estado expuesto a patógenos que liberan esporas, y en particular a brotes de *Clostridium difficile*, el método preferible consistirá en lavarse las manos con agua y jabón.

La OMS da las gracias a los Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), y en particular a los miembros del Programa de control de infecciones, por su activa participación en la elaboración de este material.

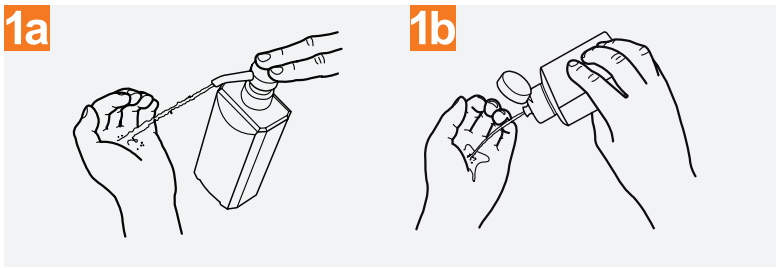
La Organización Mundial de la Salud ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información contenida en este documento.

Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la Organización Mundial de la Salud podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.

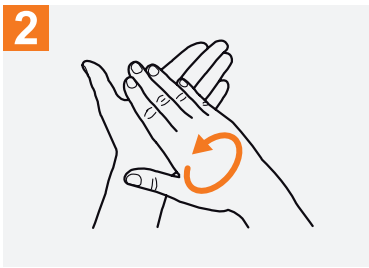
¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinféctese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

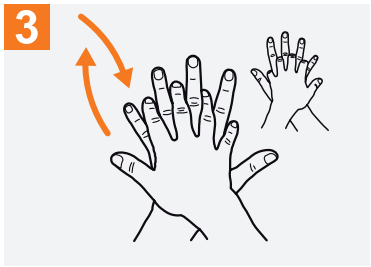
Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos



Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



Frótese las palmas de las manos entre si;

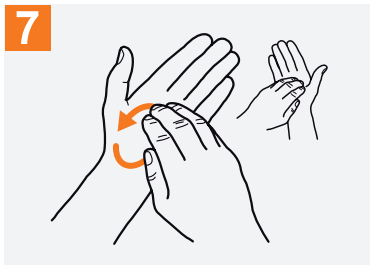


Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;

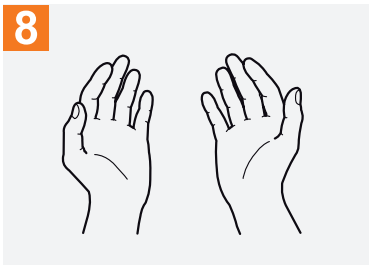
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha 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;



Una vez secas, sus manos son seguras.

La OMS da las gracias a los Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), y en particular a los miembros del Programa de control de infecciones, por su activa participación en la elaboración de este material.

La Organización Mundial de la Salud ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información contenida en este documento.

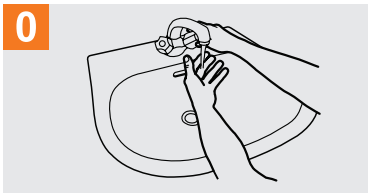
Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la Organización Mundial de la Salud podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.

¿Cómo lavarse las manos?

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

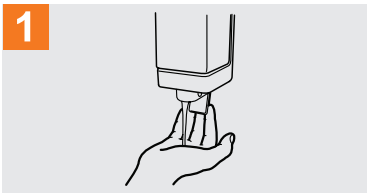
Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos

0



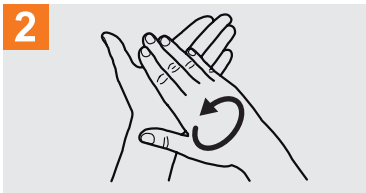
Mójese las manos con agua;

1



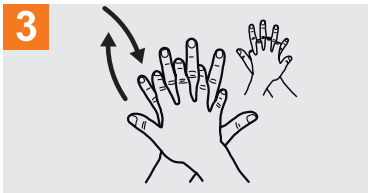
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;

2



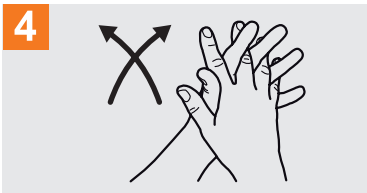
Frótese las palmas de las manos entre sí;

3



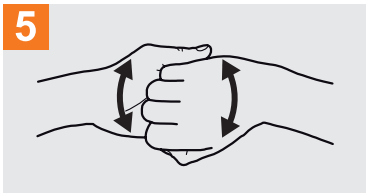
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;

4



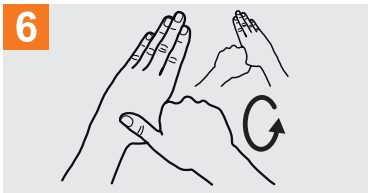
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;

5



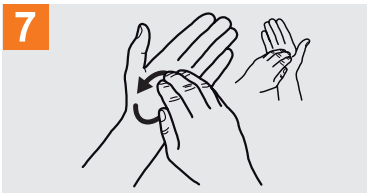
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;

6



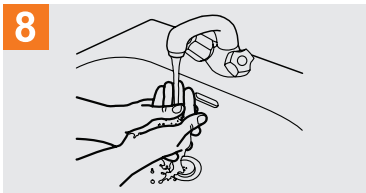
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;

7



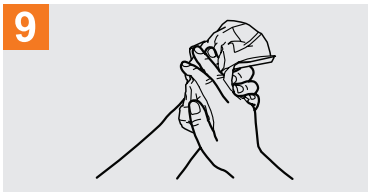
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;

8



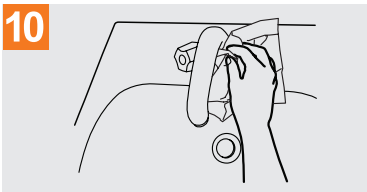
Enjuáguese las manos con agua;

9



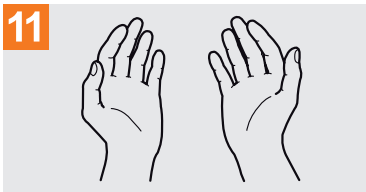
Séquese con una toalla desechable;

10



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;

11



Sus manos son seguras.

El cuidado de las manos

- Cuide sus manos aplicando regularmente una crema o loción de manos protectora, como mínimo una vez al día.
- No se lave las manos frecuentemente con agua y jabón inmediatamente antes o después de frotárselas con alcohol.
- No utilice agua caliente para lavarse las manos.
- Después de frotar las manos con desinfectante o de lavarlas, déjelas secar completamente antes de ponerse guantes.

Recuerde

- No use uñas postizas cuando esté en contacto directo con los pacientes.
- Mantenga sus uñas bien cortadas

La OMS da las gracias a los Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), y en particular a los miembros del Programa de control de infecciones, por su activa participación en la elaboración de este material.

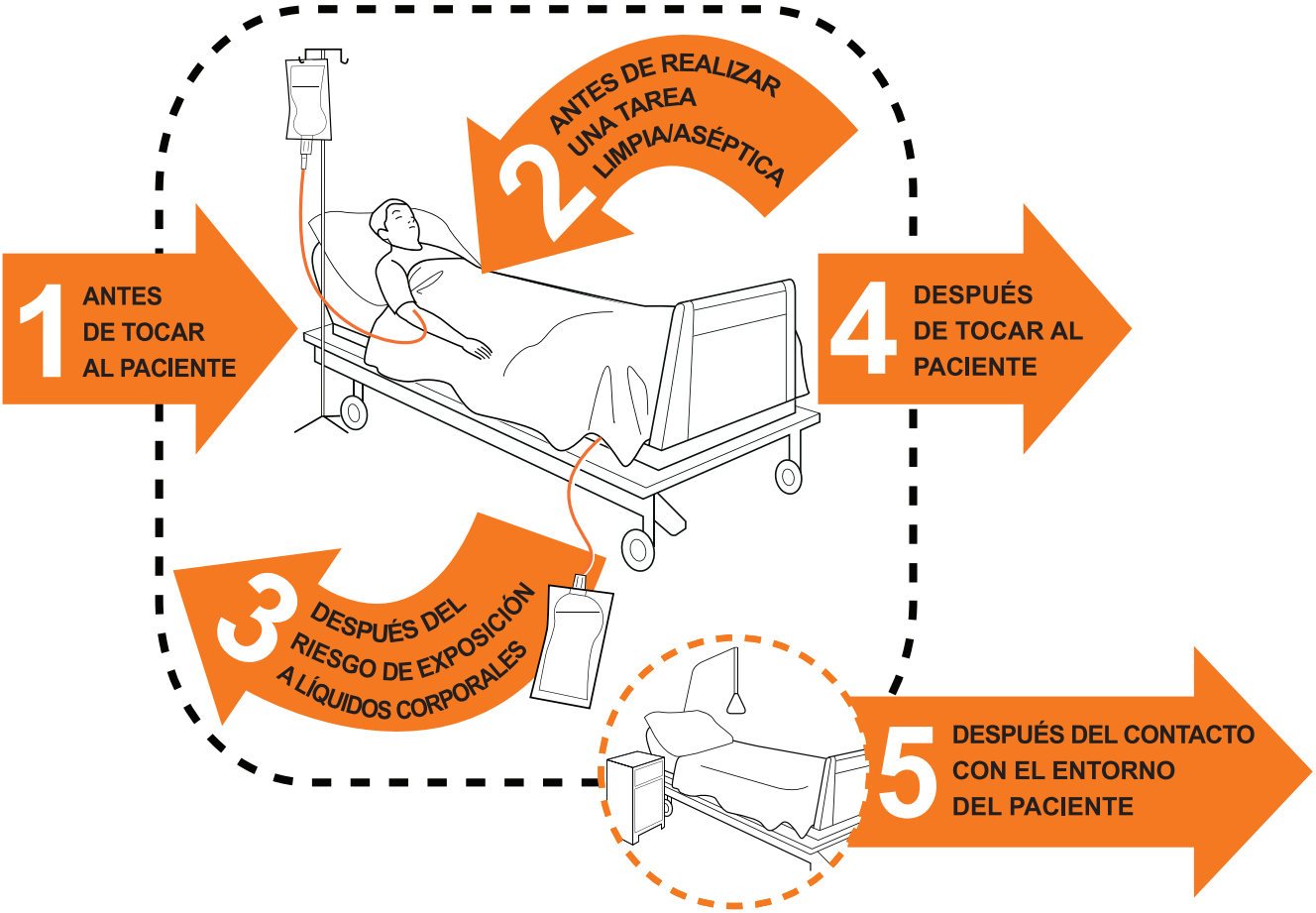
La Organización Mundial de la Salud ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información contenida en este documento.

Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la Organización Mundial de la Salud podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.

¿CUÁNDO?

SUS 5 MOMENTOS

para la Higiene de las Manos



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.

***NOTA:** La higiene de las manos deberá practicarse siguiendo todas las indicaciones, tanto si se usan guantes como si no.

La OMS da las gracias a los Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), y en particular a los miembros del Programa de control de infecciones, por su activa participación en la elaboración de este material.

La Organización Mundial de la Salud ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información contenida en este documento.

Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la Organización Mundial de la Salud podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.

1 Antes de tocar al paciente

¿POR QUÉ? Para proteger al paciente de la colonización (y, en algunos casos, de la infección exógena) de gérmenes nocivos presentes en sus manos

¿CUÁNDO? Limpie sus manos antes de tocar a un paciente cuando se acerque a él*

Ejemplos de la situación 1:

a) Antes de dar la mano a un paciente y antes de acariciar la frente de un niño

b) Antes de ayudar a un paciente en sus cuidados personales: cambiar de lugar, bañarse, comer, vestirse, etc.

c) Antes de prestar cuidados u otros tipos de tratamiento no invasivo: aplicar una máscara de oxígeno, dar un masaje

d) Antes de efectuar un examen físico no invasivo: tomar el pulso o la presión arterial, ascultar el pecho, efectuar un electrocardiograma

2 Antes de realizar una tarea limpia/aséptica

¿POR QUÉ? Para evitar que gérmenes perjudiciales, incluidos los del paciente, infecten el organismo de éste

¿CUÁNDO? Lave sus manos inmediatamente antes de tocar algo que pueda generar un riesgo grave de infección del paciente (por ejemplo, una membrana mucosa, piel dañada, un dispositivo médico invasivo)*

Ejemplos de la situación 2:

a) Antes de: cepillar los dientes del paciente, administrarle gotas en los ojos, practicar con los dedos un examen vaginal o rectal, examinar su boca, nariz u oídos utilizando o no un instrumento, introducirle un supositorio o un pesario, o succionarle mucosa

b) Antes de tratar una herida utilizando o no instrumentos, o de aplicar pomada en una vesícula, o de practicar una inyección percutánea o una punción

c) Antes de insertar un dispositivo médico invasivo (cánula nasal, tubo nasogástrico, tubo endotraqueal, sonda urinaria, catéter percutáneo, drenajes), o antes de activar o desactivar un circuito de un dispositivo médico invasivo (para la administración de alimentos o medicamentos, o con fines de drenaje, succión o monitoreo)

d) Antes de preparar alimentos, medicamentos, productos farmacéuticos o material estéril

3 Después del riesgo de exposición a líquidos corporales

¿POR QUÉ? Para protegerse de la colonización o infección de gérmenes nocivos del paciente, y para evitar la propagación de gérmenes en las instalaciones de atención sanitaria

¿CUÁNDO? Lávese las manos en cuanto finalice cualquier actividad que entrañe riesgo de exposición a fluidos corporales (y después de quitarse los guantes)*

Ejemplos de la situación 3:

a) Al finalizar el contacto con una membrana mucosa o con una superficie de piel dañada

b) Tras una inyección percutánea o punción; tras la inserción de un dispositivo médico invasivo (acceso vascular, catéter, tubo, drenaje, etc.); tras activar o desactivar un circuito invasivo

c) Tras retirar un dispositivo médico invasivo

d) Tras retirar cualquier clase de material protector (pañales, curas, vendas, toallitas sanitarias, etc.)

e) Después de: manejar una muestra que contenga materia orgánica, limpiar excrementos u otros fluidos corporales, limpiar una superficie contaminada o sucia (ropa de cama manchada, prótesis dental, instrumentos, orinales, bacinillas, inodoros, etc.)

4 Después de tocar al paciente

¿POR QUÉ? Para protegerse de la colonización de gérmenes del paciente, y para evitar la propagación de gérmenes en las instalaciones de atención sanitaria

¿CUÁNDO? Lave sus manos cuando termine la visita al paciente, si lo ha tocado*

Ejemplos de la situación 4, si se trata del último contacto mantenido con el paciente antes de terminar la visita:

a) Después de dar la mano a un paciente o de acariciar la frente de un niño

b) Después de ayudar al paciente en actividades de atención personal: cambiar de lugar, bañarse, comer, vestirse, etc.

c) Después de prestarle cuidados u otros tipos de tratamiento no invasivo: cambio de ropa de cama sin bajar al paciente, aplicación de máscaras de oxígeno, masajes

d) Después de efectuar un examen físico no invasivo: tomar el pulso o la presión arterial, auscultar el pecho, efectuar un electrocardiograma

5 Después del contacto con el entorno del paciente

¿POR QUÉ? Para protegerse de la colonización de gérmenes del paciente que pudieran estar presentes en superficies/objetos de sus inmediaciones, y para evitar la propagación de gérmenes en las instalaciones de atención sanitaria

¿CUÁNDO? Limpie sus manos después de tocar cualquier objeto o mueble cuando finalice la visita a un paciente, sin haberlo tocado*

Ejemplos de la situación 5, cuando se trate del último contacto mantenido con objetos en las inmediaciones del paciente, sin haber tocado a éste:

a) Después de las tareas de limpieza: cambio de sábanas sin bajar al paciente de la cama, sujetar una bandeja, agarrar la barra de empuje de la cama, despejar una mesita suplementaria

b) Después de prestar algún tipo de asistencia: ajustar la velocidad de perfusión, limpiar una alarma de monitoreo

c) Después de mantener otros tipos de contacto con superficies u objetos inanimados (Nota: de ser posible, trate de evitar ese tipo de actividades innecesarias): apoyarse en una cama, apoyarse en una mesilla de noche o mesita suplementaria

***NOTA:** Deberá practicarse la higiene de las manos en todos los casos aquí descritos, tanto si se usan guantes como si no.

La OMS da las gracias a los Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), y en particular a los miembros del Programa de control de infecciones, por su activa participación en la elaboración de este material.

La Organización Mundial de la Salud ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información contenida en este documento.

Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la Organización Mundial de la Salud podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.

HIGIENE DE LAS MANOS Y UTILIZACIÓN DE GUANTES PARA USOS MÉDICOS

- El uso de guantes no excluye la necesidad de limpiarse las manos.
- La higiene de las manos deberá practicarse siempre que sea apropiado, con independencia de las indicaciones respecto al uso de guantes.
- Quítese los guantes para proceder a la higiene de las manos cuando lleve guantes puestos y se dé la situación apropiada.
- Quítese los guantes después de cada actividad y límpiese las manos: los guantes pueden ser portadores de gérmenes.
- Póngase guantes sólo en los casos indicados en “Precauciones habituales y en casos de contacto” (véanse los ejemplos de la pirámide gráfica siguiente); no hacerlo podría entrañar un riesgo importante de transmisión de gérmenes.

La pirámide sobre el uso de guantes le ayudará a decidir cuándo deberá (o no) ponérselos

Deberán usarse guantes siempre que así lo aconsejen las precauciones habituales y en casos de contacto. La pirámide contiene varios ejemplos clínicos en que no está indicado el uso de guantes, y otros en que si está indicado el uso de guantes estériles o de exploración.

La OMS da las gracias a los Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), y en particular a los miembros del Programa de control de infecciones, por su activa participación en la elaboración de este material.

La Organización Mundial de la Salud ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información contenida en este documento.

Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la Organización Mundial de la Salud podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.

Glosario

Antiséptico a base de alcohol	Preparado (líquido, gel o espuma) que contiene alcohol, destinado a la higiene y antisepsia de las manos.
Fluidos corporales	Sangre; excreciones (por ejemplo, orina, heces, vómitos); meconio; loquia; secreciones tales como saliva, lágrimas, esperma, calostro, leche, secreciones mucosas, cerumen, vérnix; exudados y transudados como, por ejemplo, fluido linfático, pleural, líquido cefalorraquídeo, fluido ascítico, fluido articular, pus (excepto sudor); muestras orgánicas de tejidos, células, órganos, médula ósea, placenta.
Procedimiento de limpieza/ asepsia	Any care activity that implies a direct or indirect contact with a mucous membrane, non-intact skin, an invasive medial device. During such a procedure no germs should be transmitted.
Lugares de riesgo	Son lugares que conllevan riesgo de infección. Corresponden a partes del cuerpo o dispositivos médicos que deben ser protegidos de los gérmenes nocivos (lugares con riesgo de infección grave para el paciente), o bien a partes del cuerpo o dispositivos médicos que pudieran ocasionar la exposición de las manos a fluidos corporales y patógenos sanguíneos (lugares con riesgo de exposición a fluidos corporales).
Cuidado de las manos	Cuidados que impiden la irritación de la piel.
Higiene de las manos	Toda medida higiénica conducente a la antisepsia de las manos con el fin de reducir la flora microbiana transitoria (consiste generalmente en frotarse de las manos con un antiséptico a base de alcohol o en lavárselas con agua y jabón normal o antimicrobiano).
Indicación de higiene de las manos	Razón por la que se debe realizar la higiene de las manos en una determinada situación
Dispositivo médico invasivo	Todo dispositivo médico que penetre en el cuerpo por una abertura natural, o a través de la piel o de una membrana mucosa.

La OMS da las gracias a los Hôpitaux Universitaires de Genève (HUG), y en particular a los miembros del Programa de control de infecciones, por su activa participación en la elaboración de este material.

La Organización Mundial de la Salud ha adoptado todas las precauciones razonables para verificar la información contenida en este documento.

Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ni explícita ni implícita. El lector es responsable de la interpretación y el uso que haga de ese material, y en ningún caso la Organización Mundial de la Salud podrá ser considerada responsable de daño alguno causado por su utilización.