

Berta Pintó Gil, Elena Enguita Legido, Luisa Cabot Mota. Servicio de Hospitalización. Clínicas MC MUTUAL- Barcelona

INTRODUCCIÓN

La Higiene de manos es una práctica muy sencilla que aplicándola correctamente se consigue mejorar la calidad asistencial repercutiendo directamente en la seguridad del paciente. En 1846, Ignaz Semmelweis (médico húngaro), demostró la importancia del lavado de manos y antisepsia en la prevención de infecciones hospitalarias, disminuyendo los casos de muerte por fiebre puerperal, cuando exigió a los médicos el lavado de manos antes de atender a las parturientas.

Paralelo a esto, en el contexto de Enfermería, Florence Nightingale (enfermera inglesa) sostenía que las enfermedades podían ser transmitidas por contacto físico. Demostró que con simples acciones sanitarias, se obtenían grandes resultados.

La OMS (Organización Mundial de la Salud) asegura que la mayoría de las infecciones relacionadas con la atención sanitaria que se producen en los hospitales, conocidas como infecciones nosocomiales, se podrían prevenir con una buena higiene de manos por parte de los profesionales sanitarios. En el año 2005 publica directrices sobre la higiene de manos en la atención sanitaria, donde manifiesta la importancia que tiene este proceso: **unas manos limpias son manos más seguras.**(1)

Cada año, se producen en todo el mundo millones de este tipo de infecciones, siendo el evento adverso más frecuente en la atención sanitaria.(1) En España, según datos del EPINE 2011 (Estudio de prevalencia de las infecciones nosocomiales en los hospitales españoles) presentados en el ministerio de sanidad, este tipo de infecciones afecta a un 6,3 % de los pacientes hospitalizados.(2)

OBJETIVO

Promover / potenciar la seguridad del paciente, a través de una correcta higiene de manos.

HIGIENE DE MANOS: INDICACIONES GENERALES

PORQUÉ

- > Las manos son la principal vía de transmisión de gérmenes en la atención sanitaria
- > Es la medida más importante para evitar la transmisión de gérmenes dañinos y prevenir las infecciones nosocomiales.
- > Para proteger al paciente contra los gérmenes patógenos portados en nuestras manos.
- > Para protegerse a uno mismo y al entorno de los gérmenes patógenos del paciente.

IMPORTANTE

- > No utilizar joyas.
- > No llevar las uñas artificiales, mantenerlas cortas.
- > Aplicar crema hidratante.
- > No utilizar agua caliente.
- > Disponer de dispensadores en cada punto de atención.
- > Formación e información al personal
- > **La higiene de manos no exime la utilización de guantes.**



CÓMO REALIZARLA CON:

AGUA Y JABÓN O SOLUCIONES HIDROALCOHÓLICAS



1 Frotar muñeca y palma con palma



2 Palma de mano derecha con dorso de mano izquierda y viceversa



3 Palma con palma con los dedos entrelazados



4 Dorso de los dedos contra palma opuesta con los dedos entrelazados



5 Friccionar por rotación el pulgar izquierdo dentro de la palma derecha y viceversa



6 Con rotaciones friccionar las yemas de los dedos sobre la palma de la mano contraria y viceversa

Una vez secas, tus manos son seguras

CUÁNDO UTILIZAR AGUA Y JABÓN

- > Al iniciar y terminar la jornada laboral.
- > Manos visiblemente manchadas o sucias
- > Manos contaminadas accidentalmente con sangre o fluidos corporales.
- > **Tras un uso repetitivo de las soluciones hidroalcohólicas.**
- > Antes y después de ir al baño
- > Antes y después de comer.
- > Después de estornudar, sonarse...

CUÁNDO UTILIZAR SOLUCIONES HIDROALCOHÓLICAS

- > Antes y después del contacto directo con pacientes.
- > Después de quitarse los guantes.
- > Antes de manipular un dispositivo invasivo..
- > Al atender al paciente, cuando se pasa de un área del cuerpo contaminada a otra limpia.
- > **Antes de manipular medicamentos y alimentos.....**

CONCLUSIONES

- > El lavado de manos es una de las medidas más importante para prevenir las enfermedades de transmisión hospitalaria. Son consecuencia involuntaria, no deseada de dicha atención, y a su vez ocasionan una alta morbi mortalidad para los pacientes y sus familias, y una enorme carga adicional para el sistema sanitario.
- > Las manos constituyen un vehículo de transmisión de agentes patógenos, ya sea por contacto directo de persona a persona, o indirecto a través de objetos contaminados previamente, que posteriormente pueden contaminar al paciente.
- > A pesar de ser la medida más importante para reducir la incidencia de infección y la propagación de los microorganismos, el cumplimiento de las normas de higiene de manos es muy bajo. Según un estudio realizado en nuestro país, se observó un cumplimiento del 31% de dicha práctica, después incluso de la realización de sesiones de información y formación.(3)
- > El profesional sanitario es una pieza clave para garantizar la seguridad del paciente.

BIBLIOGRAFÍA

- 1) Directrices de la OMS sobre higiene de manos en la atención sanitaria.
- 2) Estudio de Prevalencia de las Infecciones nosocomiales en los Hospitales españoles. (EPINE 2011).
- 3) Sánchez- Payá J. Galicia – García Mª D, Gracia Rodríguez R. Grado de Cumplimiento y determinantes de las recomendaciones sobre la Higiene de manos. Enferm Infecc Microbiol Clin 2007; 25 (6):369-75