



Mans limpas

Para unha atención segura

PASOS PARA UNHA CORRECTA HIXIENE

Fricción con produtos de base alcohólica

Duración de todo o procedemento: 20-30 seg.

1

Depositar a solución ou o produto suficiente sobre as mans secas

Lavado con auga e xabón

Duración de todo o procedemento: 40-60 seg.

1a **1b**

Mollar con auga Depositar unha cantidade de xabón suficiente

2 Palma sobre palma

3 Palma da man dereita contra o dorso da esquerda e viceversa

4 Palma contra palma cos dedos entrelazados

5 Dorso dos dedos contra a palma contraria, cos dedos unidos

6 Fretar cun movemente de rotación o polgar esquerdo, rodeándoo coa palma dereita e viceversa

7 Fretar a punta dos dedos da man dereita contra a palma esquerda, cun movemente de rotación e viceversa

8 **9** **10**

Enxaugarse con auga Secar cunha toalla dun só uso Utilizar a toalla para pechar a billa

8

20/30 seg.
Secas, as túas mans son seguras

40/60 seg.
As túas mans son seguras

11

- 1** Antes de tocar o paciente
- 2** Antes de realizar unha tarefa aséptica
- 3** Despois do risco de exposición a líquidos corporais
- 4** Despois de tocar o paciente
- 5** Despois do contacto co ámbito do paciente

Recomendacións para a hixiene de mans e uso de luvas