

## Campaña de HIGIENE DE MANOS para la prevención de las infecciones relacionadas con la atención sanitaria

### ¿Por qué es importante la higiene de manos?



La **HIGIENE DE MANOS** es la medida más sencilla y eficaz que **TODOS** podemos realizar para reducir la transmisión de las infecciones relacionadas con la atención sanitaria.

### ¿Quién debe hacerla? Todos.

Los **pacientes** y sus **acompañantes** deben realizar una adecuada higiene de las manos después de tocar objetos o superficies en la habitación o consulta, antes de comer y después de ir al baño y, especialmente, **antes y después de tocar a otros pacientes**.



Los **profesionales sanitarios** también deben realizar una adecuada higiene de manos, siguiendo los 5 momentos que recomienda la OMS.

### ¿Cómo realizamos la higiene de manos?



Todos podemos ayudar a prevenir y controlar las infecciones relacionadas con la atención sanitaria manteniendo una adecuada higiene de las manos **mediante unos sencillos pasos** indicados en este díptico.



# SALVAR VIDAS ESTÁ EN TUS MANOS

## Gracias por lavártelas



Campaña de HIGIENE DE MANOS para la prevención de las infecciones relacionadas con la atención sanitaria



# ¿CÓMO realizar la higiene de manos?

**Todos** podemos ayudar a prevenir y controlar las infecciones relacionadas con la atención sanitaria manteniendo una adecuada higiene de las manos **mediante unos sencillos pasos:**

Con **agua y jabón** (si las manos están visiblemente sucias) o...



Mójese las manos con agua y deposite en las palmas jabón líquido o...

...con **solución alcohólica** (si las manos están "aparentemente" limpias.



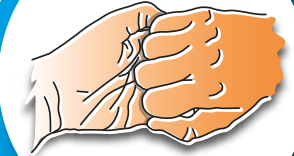
...deposite en la palma de las manos secas una dosis de solución.



Frótese las palmas de las manos entre sí y entrelazando los dedos.



Frótese cada palma contra el dorso de la otra mano y entrelazando los dedos.



Frótese el dorso de los dedos...



Alrededor de los pulgares...



Y las puntas de los dedos.



...deje que la solución se seque sola



Enjuáguese las manos con agua y séquelas con una toalla de un solo uso.

