

## **POP 02 - HIGIENIZAÇÃO SIMPLES DAS MÃOS**

**Objetivo:** Reduzir carga microbiana que coloniza as camadas superficiais da pele, assim como o suor, a oleosidade e as células mortas, retirando a sujidade propícia a permanência e a proliferação de microrganismos, diminuindo, assim, a transferência mesmo e promovendo assistência com segurança aos pacientes.

**Execução:** Todos os profissionais que realizam atendimento de saúde.

### **Material:**

1. Pia apropriada para higienização das mãos;
2. Dispensador com sabonete líquido;
3. Papel toalha;
4. Lixeira.

### **Procedimento:**

1. Retirar adornos, caso esteja usando no momento;
2. Abrir a torneira e molhar as mãos, sem encostar-se na pia;
3. Aplicar na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido;
4. Ensaboar as palmas das mãos, friccionando-as;
5. Esfregar o dorso da mão com a palma da outra mão e vice-versa;
6. Esfregar os espaços interdigitais deslizando as palmas das mãos;
7. Esfregar o dorso dos dedos com a palma da mão oposta e vice-versa, com movimento de vai-e-vem;
8. Esfregar o polegar com a palma da mão oposta em movimentos circulares, e vice-versa;
9. Friccionar as unhas e extremidades dos dedos de uma mão na palma da outra, com movimentos circulares, e vice-versa;
10. Esfregar o punho de uma mão com o auxílio da outra utilizando movimentos circulares, e vice-versa;
11. Enxaguar as mãos retirando totalmente o resíduo do sabonete. Evitar o contato direto das mãos com a torneira. Se for necessário acionar novamente a torneira, faça com o cotovelo;
12. Secar com papel toalha, iniciando pelas mãos e seguindo para os punhos;
13. Se necessário, fechar a torneira utilizando o papel toalha;
14. Desprezar o papel toalha na lixeira para resíduos comuns.



## OBSERVAÇÃO

- Hábitos importantes e necessários:
  - Lavar as mãos ao chegar na unidade de trabalho
  - Cumprir as exigências presentes nas normas regulamentadoras nº 32 (NR32);
  - Não abrir ou fechar portas com luvas ou com sujidades nas mãos;
  - Não atender ao telefone com luvas;
  - Não permanecer com as mesmas luvas por período prolongado sem trocá-las e sem lavagem das mãos.
- A fricção com álcool gel a 70% ou com solução alcoólica a 70% com 1 a 3% de glicerina pode substituir a higienização das mãos com água e sabonete líquido, quando: não estejam visivelmente sujas, em procedimentos de baixo risco de infecção, em situações emergenciais ou em locais com a estrutura física deficiente. O uso de luvas não substitui a higienização das mãos, necessariamente realizada antes e após a retirada das mesmas.
- Momentos em que o procedimento deve ser realizado:
  - Antes de contato com o paciente;

- Após contato com o paciente;
- Antes de manipular dispositivos invasivos;
- Antes de calçar luvas para procedimentos;
- Após retirar as luvas;
- Após risco de exposição a fluídos;
- Durante o cuidado com o mesmo paciente, ao mudar de um local contaminado para outro local;
- Após contato com superfícies próximas ao paciente;
- Quando as mãos estiverem visivelmente sujas;
- Ao iniciar e terminar o turno de trabalho;
- Antes e após ir ao banheiro;
- Antes e após as refeições;
- Antes de manipulação e preparo de medicamentos.