

HIGIENE DAS MÃOS NA PRESTAÇÃO DE CUIDADOS DE SAÚDE

Autora: Sylvie Pouit

Tradução e adaptação: Olaf V. Mordt e Jorge Seixas

Março 2020



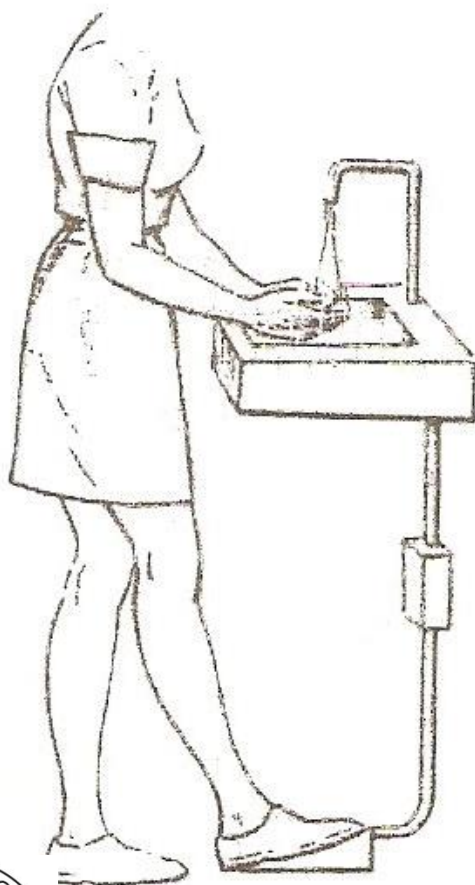
INSTITUTO DE HIGIENE E
MEDICINA TROPICAL
DESDE 1902



UNIVERSIDADE
NOVA
DE LISBOA

HIGIENE DAS MÃOS NA PRESTAÇÃO DE CUIDADOS DE SAÚDE

- A higiene das mãos é a primeira medida de prevenção da infeção associada aos cuidados de saúde. Pense nisto!



HIGIENE DAS MÃOS

- Primeira medida de prevenção da infeção associada aos cuidados de saúde
- É a medida mais importante para o combate das infeções nosocomiais
- 60 % a 80 % das infeções nosocomiais exógenas são transmitidas através das mãos



PRINCÍPIOS GERAIS

As medidas de higienização das mãos são mais eficazes quando a pele das mãos não apresenta lesões.

Pré-requisitos

- Mangas curtas
- Sem relógio
- Sem anéis
- Sem pulseiras

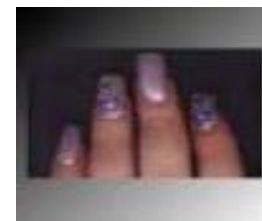


Obrigatório:

- Unhas limpas
- Unhas curtas (app. 5mm)

Proibido:

- Manicure francesa
- Unhas artificiais
- Verniz



TRANSMISSÃO ATRAVÉS DAS MÃOS

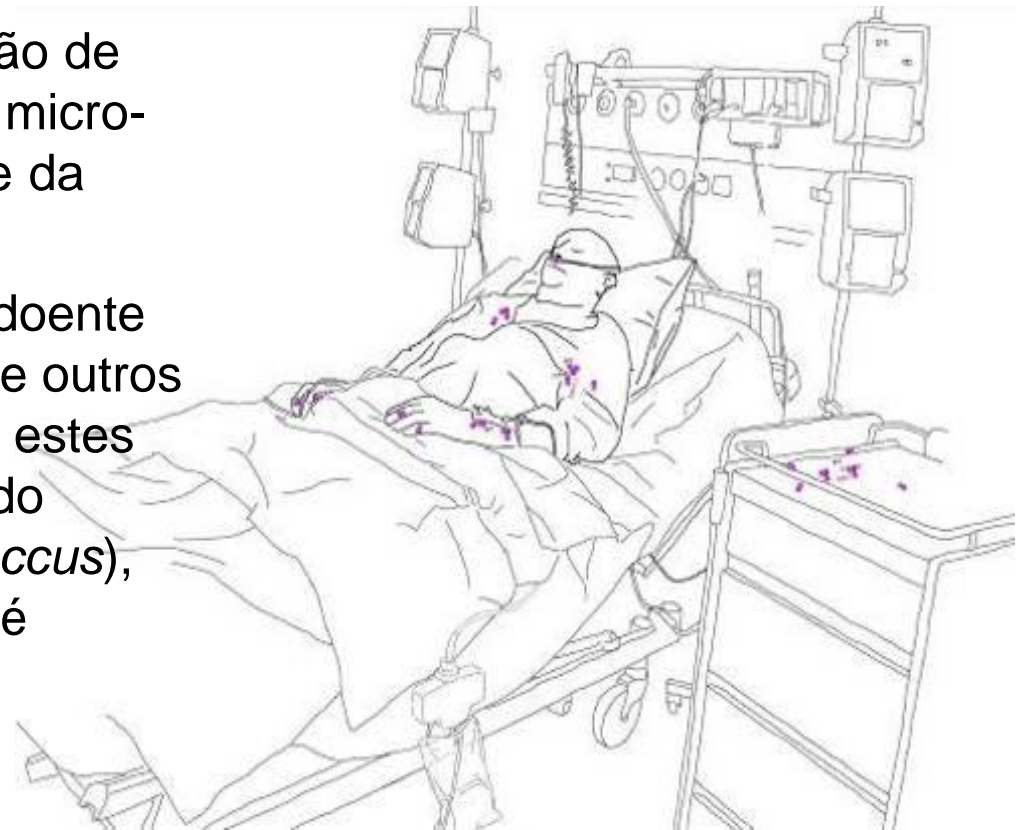
- As mãos são o meio de transmissão mais frequente de micro-organismos durante a prestação de cuidados de saúde.
- A transmissão de micro-organismos de um doente para outro durante a prestação de cuidados de saúde através das mãos dos profissionais de saúde ocorre em **6 passos sucessivos**.



1º PASSO

Os micro-organismos **estão presentes na pele** do doente e nas superfícies do ambiente envolvente

- A cada dia, cerca de 1 milhão de escamas de pele contendo micro-organismos desprendem-se da superfície da pele.
- O ambiente envolvente do doente (roupa de cama, mobiliário e outros objetos) é contaminado por estes micro-organismos (sobretudo *Staphylococcus* e *Enterococcus*), dos quais o próprio doente é portador.



2.º PASSO

Os microrganismos do doente **contaminam**, através de contacto direto ou indireto, as mãos do profissional de saúde

- As mãos dos enfermeiros podem ser contaminadas durante um contacto supostamente «limpo» (mobilização do doente, medição do pulso, da pressão arterial ou da temperatura).



3.º PASSO

Os micro-organismos **sobrevivem** e multiplicam-se nas mãos dos profissionais de saúde

- Após contacto com o doente e/ou o seu ambiente envolvente, os micro-organismos podem sobreviver nas mãos dos prestadores de cuidados de 2 a 60 minutos.
- Na ausência da higiene das mãos, quanto mais longa for a prestação de cuidados, maior será o nível de contaminação das mãos.



4.º PASSO

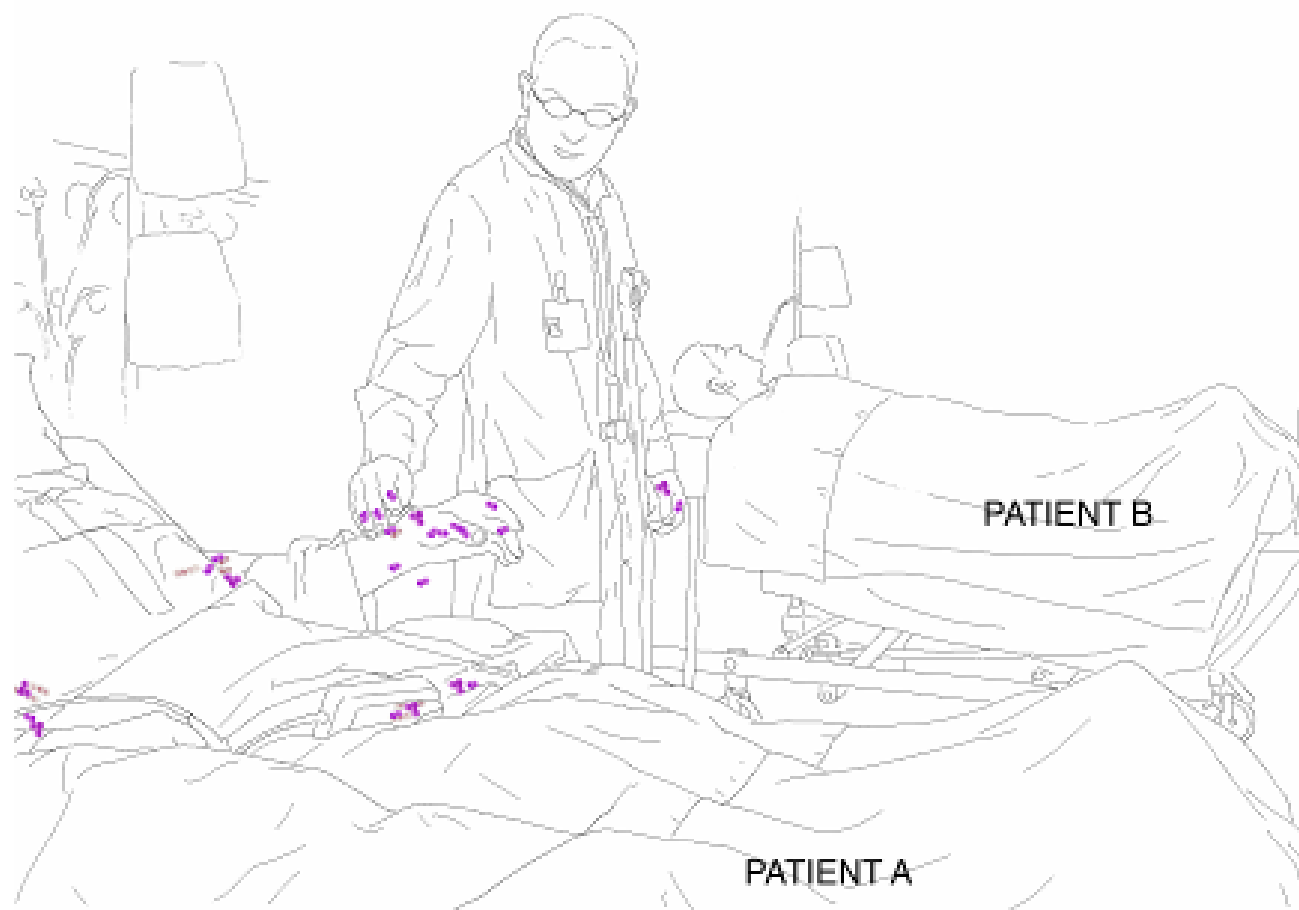
As mãos **permanecem contaminadas** se a higiene das mãos não for suficiente

- O uso de uma quantidade insuficiente de produto e/ou uma duração insuficiente do procedimento de higiene das mãos não permite uma desinfeção adequada das mãos.
- A flora transiente persiste após a lavagem das mãos com água e sabão.
- O uso de uma solução antisséptica de base alcoólica para a fricção das mãos é bastante mais eficaz.



5.º PASSO

As mãos contaminadas **estão na origem da transmissão** de germes dum doente para outro



6.º PASSO

- O manuseamento de dispositivos médicos invasivos com as mãos contaminadas está na origem da transmissão de micro-organismos dos profissionais de saúde aos doentes, com risco de infeção.



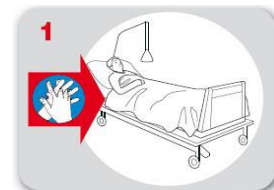
EVIDÊNCIA PARA AS PRECAUÇÕES BÁSICAS

- A higiene das mãos é a medida mais simples e mais eficaz para prevenir a transmissão de micro-organismos e reduzir as infeções associadas com os cuidados de saúde (IACS)



OS 5 MOMENTOS PARA A HIGIENE DAS MÃOS

Antes do contacto com o doente



Antes de manobras assépticas



Após risco de exposição a fluídos orgânicos



Após contacto com o doente



Após contacto com o ambiente do doente





OBSTÁCULOS À HIGIENE DAS MÃOS

Restrições de tempo

- Duração recomendada da lavagem de mãos com água e sabão: **40-60 segundos**
- Duração média da atenção realmente prestada pelos profissionais de saúde: **<10 segundos**



OBSTÁCULOS NAS INFRAESTRUTURAS DE SAÚDE

- Ausência de lavatórios, acesso limitado a água corrente e limpa, fornecimento insuficiente de sabão e toalhetes de papel no local de trabalho





ZONAS ESQUECIDAS NA LAVAGEM DAS MÃOS



Zonas frequentemente esquecidas



Zonas esquecidas com menos frequência



Zonas não esquecidas



FRICÇÃO COM SOLUÇÃO ANTISSÉPTICA DE BASE ALCOÓLICA

- A lavagem das mãos com água e sabão é recomendada quando as mãos estão visivelmente sujas ou diretamente expostas a fluídos orgânicos.

- A fricção com um antisséptico de base alcoólica é o método mais eficaz em todas as outras situações de prestação de cuidados de saúde.



DURAÇÃO



Lavagem: 40-60 segundos

Fricção: 20-30 segundos





FRICÇÃO COM SOLUÇÃO ANTISSÉPTICA DE BASE ALCOÓLICA

Coloque cerca de 5 ml de antisséptico de base alcoólica na palma da mão, cubra a superfície das mãos e friccione:

Fase 1:

Palma contra palma, num movimento rotativo.



Fase 2:

A palma da mão, para a frente e para trás, sobre o dorso da mão oposta.

Fase 3:

As palmas das mãos com os dedos entrelaçados, para a frente e para trás.



Fase 4:

A parte de trás dos dedos nas palmas opostas, com movimentos nos dois sentidos.

Fase 5:

O polegar esquerdo, em sentido rotativo, na mão direita. Repetir o movimento com todos os dedos da mão esquerda e da direita.



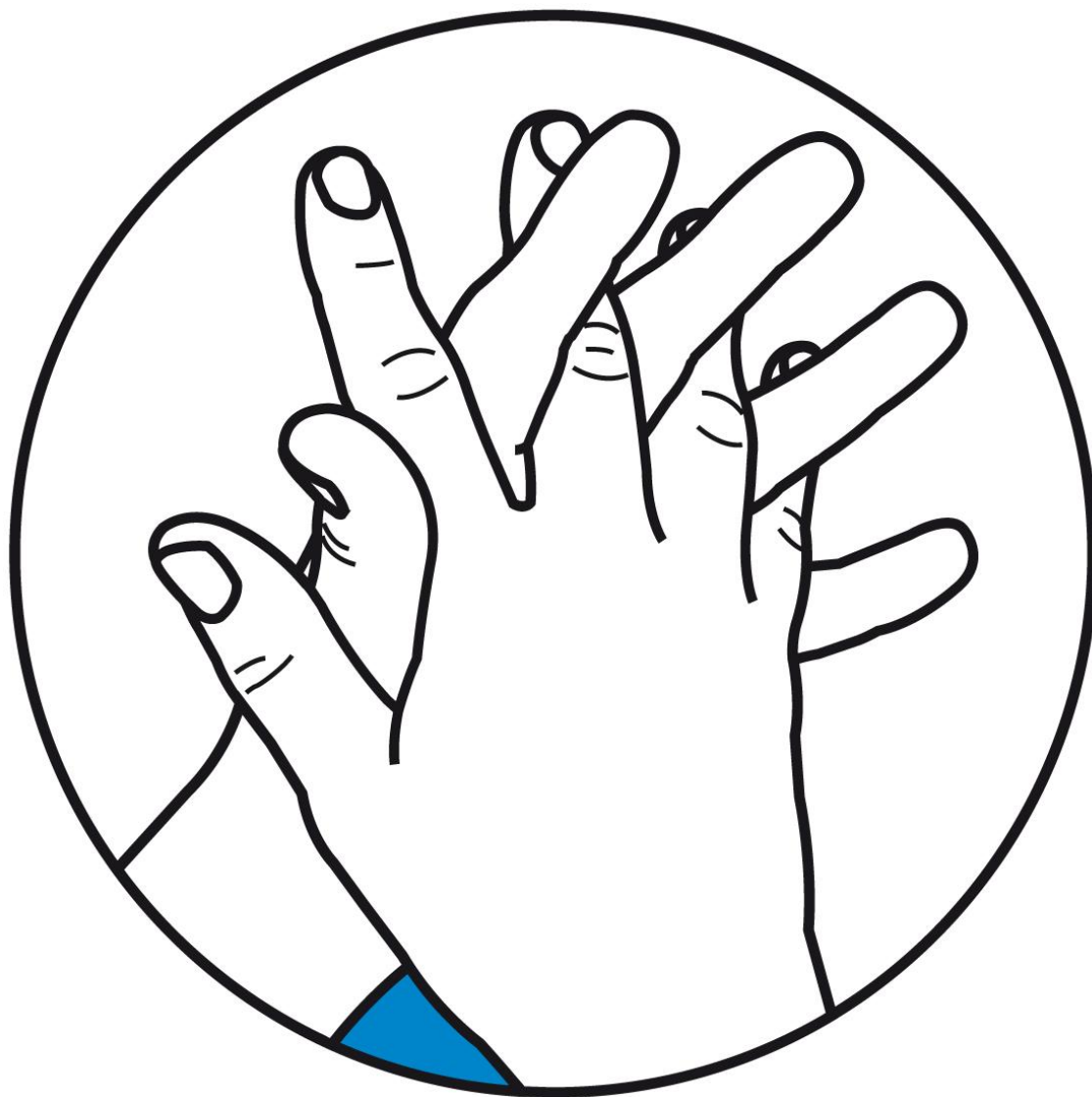
Fase 6:

A parte superior dos dedos na palma da mão oposta, com movimentos rotativos. Terminar com os pulsos.





AS MINHAS MÃOS ESTÃO LIMPAS?



UTILIZAÇÃO DE LUVAS

- As luvas são produtos descartáveis para uso em procedimentos médicos e a sua utilização correta é fundamental.
- Devemos distinguir:
 - Luvas estéreis que se destinam prioritariamente à proteção do doente.
 - Luvas não estéreis que protegem os profissionais que estão a prestar os cuidados.



O USO DAS LUVAS NÃO DISPENSA A LAVAGEM OU A ANTISSEPSE DAS MÃOS

PORQUE SE DEVEM UTILIZAR LUVAS

- Proteção do agente de saúde
 - Riscos biológicos
 - Riscos químicos
 - Lesões da pele (precauções básicas)
- Proteção do acto
 - Risco de contaminação da preparação pelo agente de saúde



RECOMENDAÇÕES PARA O USO DE LUVAS

- Regra geral, utilizar luvas sem pó para prevenir reações pelo contacto com o antisséptico de base alcoólica.
- O uso de luvas não altera as recomendações básicas para a higiene das mãos e não substitui a higiene das mãos, seja pela fricção com antisséptico de base alcoólica ou pela lavagem com água e sabão.



RECOMENDAÇÕES PARA O USO DE LUVAS

- Usar as luvas apenas em mãos limpas e bem secas.
- Escolher o tamanho adequado, nem demasiado grande nem demasiado pequeno.
- As luvas não devem ser lavadas ou desinfetadas já que esta ação altera a qualidade do efeito de barreira e, conseqüentemente, a permeabilidade das luvas.
- Não se recomenda a reutilização das luvas após reciclagem ou descontaminação.

RECOMENDAÇÕES PARA O USO DE LUVAS

- O uso de luvas é recomendado antes de qualquer contacto com sangue, fluídos orgânicos, pele com feridas, membranas mucosas ou materiais potencialmente contaminados.
- As luvas devem ser removidas após cuidar de um doente.
- Não deve ser usado o mesmo par de luvas para cuidar mais do que um doente.



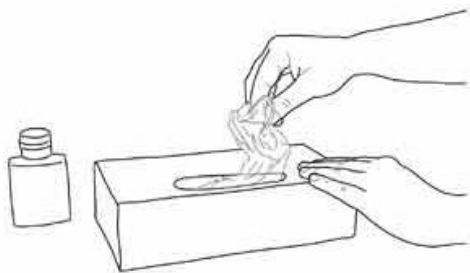
RECOMENDAÇÕES PARA O USO DE LUVAS

- As luvas devem ser removidas ou substituídas nas seguintes situações:
 - Quando verificar que as luvas estão danificadas ou defeituosas.
 - Quando ao cuidar de um doente as mãos passarem de um local contaminado para outro local no corpo do mesmo doente (por exemplo, ao contactar com uma mucosa ou um ferida na pele), um dispositivo médico ou o ambiente.
 - Antes de passar a cuidar de outro doente.

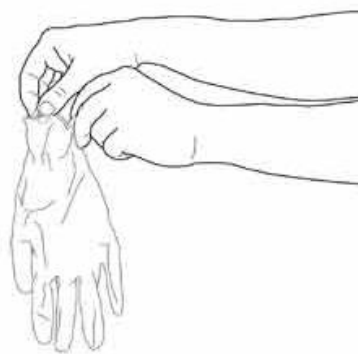




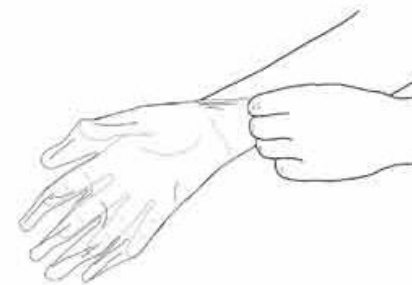
PROCEDIMENTO PARA A COLOCAÇÃO DAS LUVAS NA PRESTAÇÃO DE CUIDADOS



1. Retirar a luva da caixa de origem.



2. Tocar numa área limitada na superfície da luva correspondente ao punho



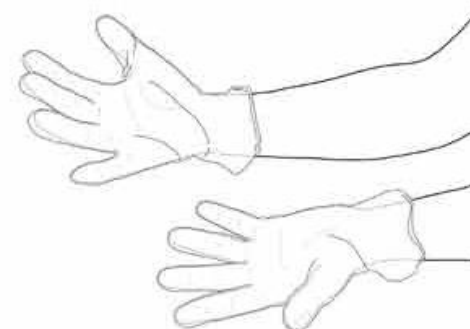
3. Colocar a primeira luva.



4. Retirar a segunda luva com a mão sem luva e tocar apenas numa área limitada na superfície correspondente ao punho.



5. Para evitar tocar no braço com a primeira luva, rodar a superfície externa da segunda luva e segurá-la com os dedos da primeira mão para a colocar na outra mão.



6. Uma vez colocadas ambas as luvas, a mão não deve tocar em nada a não ser no alvo do cuidado a prestar.



TÉCNICA PARA REMOÇÃO DAS LUVAS

1. Pegar na luva ao nível do punho e removê-la sem tocar na pele do braço, enrolando-a de forma a que a superfície interior fique virada para o exterior.



2. Segurar a luva removida na outra mão e inserir os dedos da mão livre entre a luva e o punho. Enrolar a segunda luva, virando a parte interior para o exterior, ao mesmo tempo que se envolve a primeira luva com a segunda.



3. Descartar as luvas usadas no recipiente para resíduos médicos

4. Limpar as mãos friccionando com um antisséptico de base alcoólica ou lavando com água e sabão.



EM TODAS AS SITUAÇÕES

- As luvas devem ser mudadas entre dois doentes e dois atos de prestação de cuidados.
- A utilização de luvas não significa que as mãos não devam ser higienizadas antes e depois da prestação de cuidados.

UM ATO DE CUIDADO



UM PAR DE LUVAS

UM PAR DE LUVAS



UM DOENTE



?

CUIDADO CONCLUÍDO = LUVAS REMOVIDAS = MÃOS HIGIENIZADAS



1.

Utilização de luvas



2.

Eliminação imediata após a
administração do cuidado de saúde



3.

Desinfecção das mãos
após remoção das luvas





- Proteja os seus doentes
- Proteja-se a si e aos seus colegas
- Proteja os seus familiares e a comunidade

Pratique sempre uma boa higiene das mãos nas suas actividades profissionais

Espalhe estas mensagens!

