

# PRECAUÇÕES UNIVERSAIS OU BÁSICAS

**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

# PRECAUÇÕES UNIVERSAIS OU BÁSICAS

Vamos  
sair  
juntos

E se me  
contaminas?



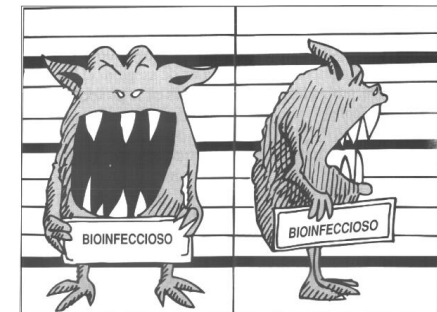
# DEFINIÇÕES



- **Higiene** - Práticas que se destinam a manter ou melhorar a saúde.
- **Higiene hospitalar** - Medidas de:
  - **Tratamento:** limitar os focos de infeção
  - **Prevenção:** limitar as maneiras como a infeção pode ser transmitida num determinado ambiente.

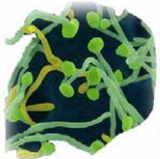
# GENERALIDADES

- A prevenção das infeções e da transmissão cruzada de micro-organismos assenta essencialmente na aplicação das regras de precaução básicas e, em particular, no cumprimento das **instruções para a higiene das mãos** durante a prestação de cuidados de saúde aos doentes.



# MICRO-ORGANISMOS

## Fungos

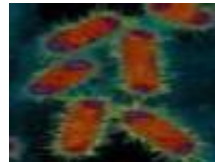


*Candida albicans*

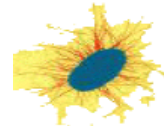
## Bactérias



*Staphylococcus aureus*



*Pseudomonas aeruginosa*



*E. coli*



*Klebsiella*



## Vírus

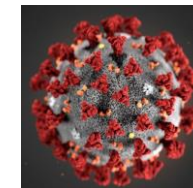
*Hepatite B e C*



*Virus da Influenza*



*SARS Cov2*

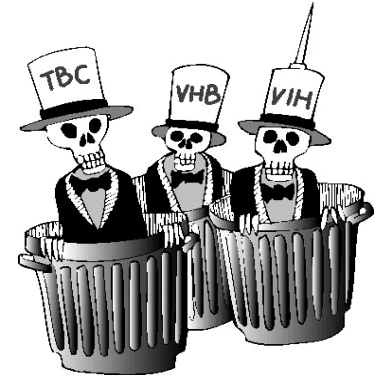


# A PELE TEM



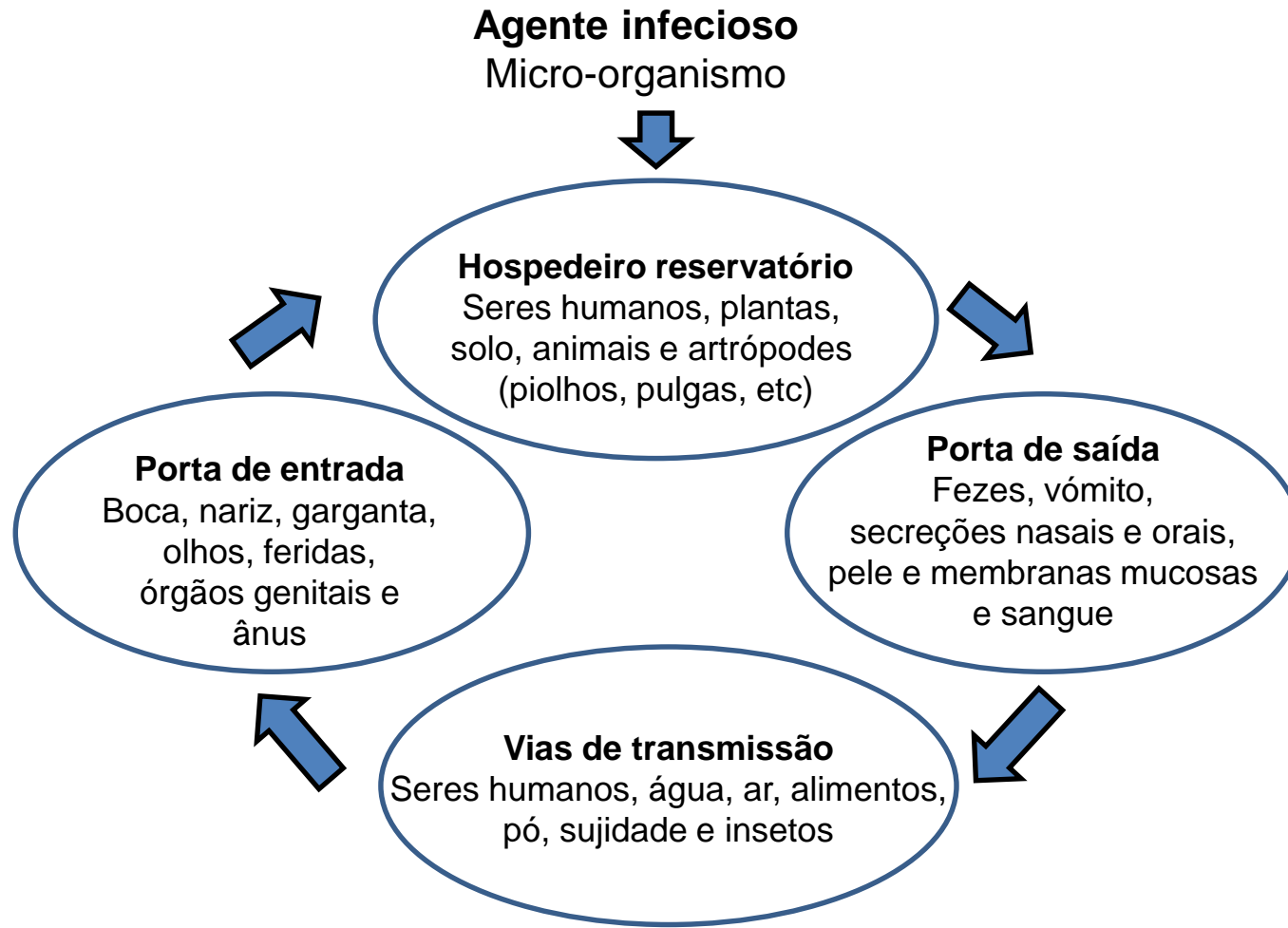
- **Flora residente:** (permanente) está presente em toda a epiderme e desenvolve-se nas pregas microscópicas da pele, nos canais das glândulas sebáceas e nos folículos pilosos. Raramente provoca infeções.
- **Flora transiente:** é composta sobretudo por enterobactérias, micro-organismos provenientes das pessoas ou objetos envolventes. **A flora transiente é a principal causa das infeções cruzadas.**

# DEFINIÇÕES



- **Colonização:** a presença de um micro-organismo na superfície da pele ou de uma membrana mucosa, possivelmente multiplicando-se, mas sem sintomas de doença.
- **Infeção:** a invasão do corpo por micro-organismos suscetíveis de provocar uma doença.

# CADEIA DE INFEÇÃO





# ÁREAS DE INTERVENÇÃO

❖ Prestação de cuidados



❖ Pele



❖ Superfícies



❖ Roupa de cama



❖ Materiais



❖ Resíduos



# DEFINIÇÕES



- **Assepsia:** Medidas que visam **evitar toda a introdução exógena** de micro-organismos.
- **Antissepsia:** Medidas que permitem **matar ou eliminar** e/ou **inativar** os micro-organismos em **tecidos vivos**.
- **Antisséptico:** Produto químico que inibe o crescimento de micro-organismos **em tecidos vivos**.
- **Desinfetante:** Produto químico que inativa micro-organismos **em objetos ou superfícies inanimadas**.

# OBJETIVOS DOS MÉTODOS DE CONTROLO DA INFEÇÃO

- Reduzir a transmissão de micro-organismos, de um doente para outro, através das mãos dos profissionais de saúde.
- Proteger os profissionais de saúde que trabalham com doentes portadores de infeções transmissíveis, evitando o contacto direto com sangue ou fluídos orgânicos.



# PORQUE SE DEVE PREVENIR A INFEÇÃO

- Propagação em ambiente hospitalar
- Custos acrescidos com exames e tratamentos
- Redução da qualidade de vida
- Aumento da morbilidade
- Alargamento do período de hospitalização
- Aumento da mortalidade



- Introdução de medidas de higiene
- Utilização de técnicas de prestação de cuidados
- Promoção da vigilância
- Organização de sessões de formação
- Aprofundamento do conhecimento
- Melhoria das práticas
- Custo dos produtos

# VIAS DE TRANSMISSÃO DOS MICRO-ORGANISMOS

## Contacto

- ❖ Direto
- ❖ Indireto

## Ar

- ❖ Gotículas
- ❖ Aerossol

## Boca

- ❖ Água
- ❖ Alimentos

**Vector vivo**

# TRANSMISSÃO POR CONTACTO DIRETO

**Exemplos:**



# TRANSMISSÃO POR CONTACTO INDIRETO

- Ambiente sujo
- Instrumentos contaminados



# TRANSMISSÃO POR GOTÍCULAS

- Gotículas maiores do que 5 microns
- Gotas de saliva, secreções das vias respiratórias superiores
  - Tosse, espirros
  - A fala implica proximidade





# TRANSMISSÃO POR AEROSSOL

- Gotículas menores do que 5 microns
- As gotículas permanecem em suspensão no ar do quarto



# REGRAS PARA EVITAR A TRANSMISSÃO DE MICRO-ORGANISMOS

**As precauções básicas são essenciais  
para todos - por todos - em todo o lado - sempre**



Para evitar a transmissão:

⇒ **Doente a doente**

⇒ **Doente a profissional de saúde**

⇒ **Profissional de saúde a doente**



# PRECAUÇÕES BÁSICAS

- As precauções básicas estão dirigidas a todos os profissionais de saúde e devem ser aplicadas a **todos** os doentes em **todos** os contactos possíveis com:
  - **Pele intacta**
  - **Qualquer fluído orgânico, com ou sem sangue**
  - **Pele lesada**
  - **Membranas mucosas**



# O QUE SÃO AS PRECAUÇÕES BÁSICAS?

As precauções básicas são medidas simples

- que devem ser aplicadas em **toda** a prestação de cuidados de saúde, incluindo nas emergências
- a **todos** os doentes

O objetivo das precauções básicas é:

- **reduzir** ao mínimo o risco de transmissão de micro-organismos.

# O QUE SÃO AS PRECAUÇÕES BÁSICAS?

- As precauções básicas estão dirigidas a todos os profissionais de saúde.
- Devem ser aplicadas a todos os doentes, em todos os possíveis contactos com qualquer fluído ou material biológico, quer contenha sangue ou não, com exceção do suor:
  - **Sangue**
  - **Urina**
  - **Fezes**
  - **Vómito**
  - **Expetoração**
  - **Saliva**
  - **Secreções nasais**
  - **Sémen**
  - **Secreções vaginais**

# OBJETIVOS DAS PRECAUÇÕES BÁSICAS

- Proteger o doente (evitar a transmissão de micro-organismos do profissional de saúde para o doente)
  - **Evitar a transmissão de micro-organismos: durante o tratamento de feridas, a aplicação de injeções intramusculares ou intravenosas, a preparação de medicamentos, as punções lombares, etc.**



# OBJETIVOS DAS PRECAUÇÕES BÁSICAS

- Proteger os profissionais de saúde (evitar a transmissão de micro-organismos do doente para o profissional de saúde)
  - **Evitar o contacto com os fluídos orgânicos: ao inserir cateteres, ao substituir uma algália ou sonda gástrica, etc.**



# PRECAUÇÕES BÁSICAS: 10 RECOMENDAÇÕES



Higiene  
das mãos



Uso de luvas



Proteção  
ocular e  
respiratória



Proteção da  
roupa de  
trabalho



Tratamento dos  
dispositivos ou  
materiais  
médicos



Tratamento  
da roupa  
de cama



Gestão dos  
resíduos



Desinfecção do  
ambiente



Proteção  
pessoal



Proteção  
do doente



# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



**Higiene das mãos:** entre 2 doentes e 2 atos de cuidados.



## 2 técnicas

Assepsia com solução de base alcoólica.  
Lavagem simples das mãos, se houver resíduos sólidos.



# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



## Uso de luvas

- Evitar todos os possíveis contactos com fluídos orgânicos e proteger a pele lesada.



## Recomendações

- As luvas devem ser colocadas imediatamente antes da prestação do cuidado e removidas imediatamente depois.
- O uso de luvas **não substitui a lavagem das mãos.**
- **Lavar** as mãos após remover as luvas.



# INDICAÇÕES PARA O USO DE LUVAS



- 1 par de luvas = 1 pessoa
- 1 par de luvas = 1 ato de prestação de cuidados
- **Luvas finas para a prestação de cuidados (vinil ou latex):** utilizar apenas para a prestação de cuidados
- **Luvas grossas:** utilizar para atividades domésticas

- **Nunca lavar ou desinfetar** as luvas após a prestação do cuidado.
- Risco de rasgamento por anéis.
- Risco acrescido de contaminação se as luvas forem usadas demasiado tempo.

# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



## Proteção respiratória: Máscara cirúrgica



- Proteger os profissionais de saúde e os doentes em todas as atividades de prestação de cuidados a menos de 2 metros com risco de projeção de fluídos orgânicos.
- Proteção contra micro-organismos transmitidos através das vias respiratórias.



## Recomendações

- **Lavar** as mãos após colocar a máscara.
- Todos os profissionais de saúde que apresentem sintomas de infeção das vias respiratórias devem usar uma máscara durante a prestação de cuidados de saúde a menos de 2 metros de um doente.

# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



## Proteção ocular

- Óculos de proteção ou proteção facial, se existir risco de projeção de fluídos orgânicos ou aerossóis durante a prestação de cuidados de saúde a menos de 2 metros



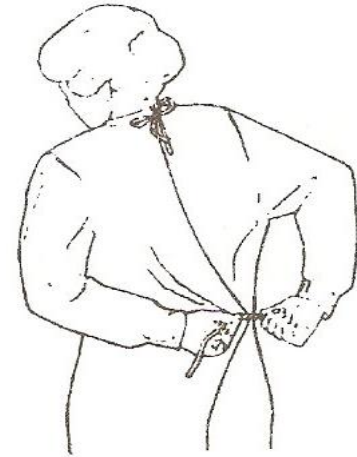
## Recomendação

- **Lavar** as mãos após remover os óculos de proteção.

# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



- Usar uma bata ou um avental plástico se houver **risco de projeção** de fluídos orgânicos



## Recomendações

- Usar uma bata ou um avental plástico ao contactar com superfícies ou roupa de cama contaminadas com fluídos orgânicos.
- **Lavar** as mãos após remover a bata ou o avental de plástico.



# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



- Em todos procedimentos invasivos deve ser utilizado material esterilizado, **preferencialmente de utilização única** (a descartar após a utilização): cateteres intravenosos, agulhas de punção lombar, seringas e agulhas, etc.
- O material reutilizável, usado para um doente infetado, deve ser desinfetado antes de voltar a ser utilizado (bacia, tabuleiro, cama, otoscópio, urinol, etc.)
- Voltar a tratar o material reutilizável após a utilização (instrumentos, etc.)



## Recomendações

- Os materiais contaminados devem ser manipulados com luvas e transportados de forma a evitar a contaminação externa.
- Submergir o material reutilizável numa solução desinfetante **imediatamente** após a utilização.
- **Lavar** as mãos após remover as luvas.



# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



## Tratamento da roupa de cama

- **Separar os circuitos de roupa de cama suja e limpa**
- Manusear com luvas a roupa de cama contaminada com fluídos orgânicos.
- A **roupa de cama húmida** contaminada com *sangue ou fluídos orgânicos* deve ser colocada em sacos plásticos para ser removida.

## Recomendações

- Nunca **deixar os sacos com roupa de cama** no chão, utilizar um carrinho reservado unicamente para este uso.
- **Lavar** as mãos após manusear a roupa de cama suja e após remover as luvas.





# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



## Gestão de resíduos

- Evitar a transmissão de micro-organismos e os acidentes profissionais.

### **Classificação dos resíduos:**

#### Grupo A – Resíduos médicos

Gessos e talas gessadas, seringas sem agulha, conjuntos de infusão, luvas não contaminadas por fluídos orgânicos, fita adesiva, etc.



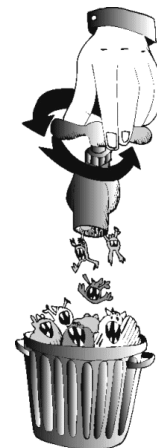
#### Grupo B – Resíduos orgânicos

Restos de órgãos e tecidos humanos, resíduos contendo sangue ou outros fluídos orgânicos, etc.



#### Grupo C – Perfurantes e agulhas

Todo tipo de agulhas, mandris, bisturis, lâminas, pipetas, resíduos de vidro, etc.



# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



## Ambiente

- Limitar a contaminação do ambiente para evitar a transmissão de micro-organismos.



## Recomendações

- Limpar e desinfetar regularmente as instalações e os materiais.
- Todas as superfícies contaminadas por fluídos orgânicos devem ser imediatamente desinfetadas.
- **Lavar** as mãos após remover as luvas.

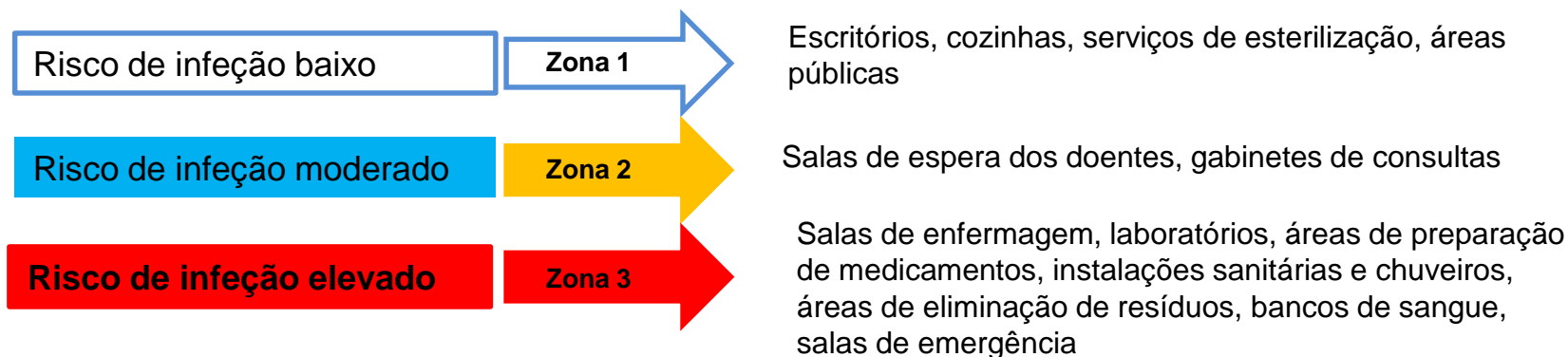


# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



## Ambiente

- Classificação dos locais em função do risco de contaminação em zonas:



## Recomendações

- A manutenção das instalações deve ser efetuada por pessoal treinado.
- **A limpeza deve sempre começar nas áreas mais limpas e terminar nas áreas mais contaminadas.**
- Os responsáveis pela limpeza e os responsáveis pela desinfeção das instalações e dos materiais devem sempre usar luvas que cubram os pulsos e material de proteção.



# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



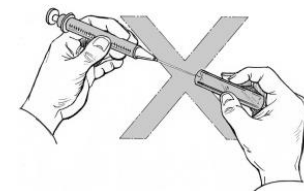
## Proteção dos profissionais de saúde

- **Principais infeções** que podem ser adquiridas/transmitidas durante a prestação de cuidados de saúde:
  - Hepatite B e C
  - VIH/SIDA
  - Tuberculose
  - Vírus: influenza, SARS-Cov2, etc.



## Recomendações

- **Vacinar todo o pessoal contra a hepatite B.**
- **Nunca voltar a colocar a proteção** de uma agulha (IM-IV) após utilização.
- **Usar luvas** durante todos os contactos vasculares (venosos ou arteriais) ou durante todos os possíveis contactos com fluídos orgânicos.
- **Descartar, sempre e de imediato, os perfurantes/agulhas** após a utilização, em recipientes protegidos específicos.
- **Os recipientes para a recolha de perfurantes/agulhas** devem ser hermeticamente fechados e nunca devem ser cheios acima de 3/4 da sua capacidade.



# MEDIDAS PARA APLICAÇÃO DAS 10 RECOMENDAÇÕES



## Proteção do doente

- Reduzir o risco de transmissão de micro-organismos entre doentes, do doente para o profissional de saúde, do profissional de saúde para o doente e do doente para os visitantes.

## Recomendações

- Avisar os doentes de que podem contaminar o seu ambiente ou vizinhos e informá-los sobre **as medidas de proteção**.
- Sempre que possível, escolher **material descartável** para a preparação e/ou injeção de produtos terapêuticos.
- Utilizar uma máscara ao efetuar uma punção lombar.
- É obrigatório o uso de máscara quando um profissional de saúde sofrer de uma infeção das vias respiratórias.

# VIGILÂNCIA EPIDEMIOLÓGICA

- A principal função da vigilância epidemiológica é a melhoria da qualidade dos cuidados de saúde.
- Cada estrutura de saúde deve estabelecer um comité para lutar contra as infeções nosocomiais, dispor de uma equipa operacional responsável pela higiene hospitalar e definir um plano de ação para garantir a:
  - Prevenção das infeções nosocomiais, estabelecendo e executando recomendações de boas práticas de higiene.
  - Vigilância das infeções nosocomiais.

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

**Aplique e ajude a aplicar sempre as medidas de precauções básicas**

**Espalhe estas mensagens!**

