



“Limpiar tus manos, salva vidas”

Bajo este lema el servicio de Medicina Preventiva del Hospital Quirónsalud Palmaplanas y Clínica Rotger ha organizado diversas sesiones con especialistas de los hospitales y alumnos de la Escuela de enfermería

REDACCIÓN

El 5 de mayo hemos celebrado el día mundial de la higiene de manos. Se celebra cada año, el día 5 del mes 5, precisamente porque representa el simbolismo de los 5 dedos de cada mano.

Actualmente reconocemos al médico húngaro **Ignaz Semmelweis**, como el padre de la higiene de manos. En 1847 en el Hospital General de Viena el **doctor Semmelweis** observó que la mortalidad por fiebre puerperal era mucho mayor en la sala atendida por médicos que venían de hacer autopsias respecto de otras estancias del hospital. Así que tras sus hallazgos impuso el lavado con solución de cloro, logrando que la mortalidad cayera drásticamente.

Dificultades

Pese a las dificultades que éste médico húngaro tuvo que afrontar para imponer su tesis, hoy sabemos que la higiene de





manos es la primera línea de defensa en prevención de las infecciones y que *“actuar correctamente en entornos hospitalarios, salva vidas”*.

Por este motivo, Hospital Quirónsalud Palmaplanas y Clínica Rotger se implican en esta causa con varias iniciativas, entre ellas la concienciación de sus profesionales celebrando talleres formativos orientados a los sanitarios de los centros y a los alumnos de la Escuela de Enfermería de CESAG y Quirónsalud.

5 Momentos para la Higiene de Manos

Se considera que la higiene de manos es la intervención más coste-efectiva en el entorno sanitario para la prevención de las infecciones relacionadas con la asistencia sanitaria (IRAS). El objetivo es que los futuros y actuales sanitarios integren de forma sistemática los **“5 Momentos para la Higiene de Manos”** definidos por la OMS como la piedra angular de una atención segura:

1. Antes de tocar al paciente.
2. Antes de realizar una tarea limpia / aséptica.
3. Después del riesgo de exposición a líquidos corporales.



4. Después de tocar al paciente.
5. Después del contacto con el entorno del paciente.

La seguridad es una responsabilidad compartida que involucra también a los pacientes y sus familias para los que se establecen 10 momentos clave que requieren higiene de manos:

1. Antes y después de atender a alguien enfermo
2. Antes, durante y después de preparar alimentos
3. Antes de comer
4. Antes y después de tratar heridas o cortes
5. Después de ir al baño
6. Después de sonarse la nariz, toser o estornudar
7. Después de tocar a un animal, su alimento o sus excrementos
8. Después de usar el transporte público
9. Después de tocar la basura
10. Siempre que las manos estén visiblemente sucias con agua y jabón

Los hospitales ofrecen desinfectantes a

base de alcohol en los diferentes puntos de atención. Este es el método preferente por su rapidez y tolerancia cutánea cuando las manos no presentan suciedad visible.

Solución hidroalcohólica

En los hospitales se recomienda el lavado con solución hidroalcohólica. Es el más rápido y eficaz, debe realizarse con las manos secas y requiere frotar durante 30 segundos por todas las superficies hasta secar. El lavado con agua y jabón procede cuando las manos están visiblemente sucias y se debe mojar, aplicar jabón, frotar, aclarar y secar con papel entre 40 y 60 segundos. La técnica correcta de fricción con solución hidroalcohólica debe durar unos 30 segundos. En caso de suciedad evidente, el lavado con agua y jabón debe realizarse durante 40 a 60 segundos, asegurando un secado completo con papel desechable.

El acceso a la formación concienciada a los sanitarios de los hospitales, fomenta el recuerdo y adquisición de buenos hábitos y se orienta a mantener un espíritu de mejora constante en seguridad del paciente y a cuidar un entorno hospitalario libre de infecciones.