

# 3 TIPOS DE HIGIENE DE LAS MANOS

## 1. LAVADO DE MANOS HIGIÉNICO:

- ⊙ **Objetivo:** Eliminar la suciedad, materia orgánica y flora transitoria.
- ⊙ **Producto:** Se empleará un jabón líquido de pH neutro o ligeramente ácido, aplicado mediante dispensador.
- ⊙ **Indicaciones:** De elección cuando las manos están visiblemente sucias. Cuidados generales del paciente. También antes de comenzar y al terminar el trabajo, antes y después de comer y fumar, después de toser o sonarse, y después de ir al baño.
- ⊙ **Duración:** Entre 40 y 60 segundos.

## 2. LAVADO ANTISÉPTICO DE MANOS:

- ⊙ **Objetivo:** Eliminar la suciedad, materia orgánica, flora transitoria, y parte de la flora residente, consiguiendo además cierta actividad antimicrobiana residual.
- ⊙ **Producto:** Jabón antiséptico a base de Clorhexidina al 4% ó Povidona Yodada en solución jabonosa al 7,5%.

⊙ **Indicaciones:** De elección cuando las manos estén visiblemente sucias o en caso de patología por esporas bacterianas (ej: diarrea por *Clostridium difficile*). Si no existe suciedad visible ni enfermedad por esporas es preferible la antisepsia por frotación. Se realizará en las siguientes circunstancias:

- Antes de la realización de procedimientos que requieran una técnica aséptica: inserción de catéteres intravasculares, urinarios, intubaciones, etc.
- Tras exposición a sangre o fluidos potencialmente contaminados.
- Antes y después de atender a pacientes colonizados/infectados por microorganismos multirresistentes (Ej.: SARM), o a pacientes neutropénicos.
- Preparación de medicación y nutriciones parenterales en campana de flujo laminar.

⊙ **Duración:** Entre 40 y 60 segundos.

### 3. ANTISEPSIA DE MANOS POR FROTACIÓN:

⊙ **Objetivo:** Eliminar la flora transitoria, y parte de la flora residente, consiguiendo además cierta actividad antimicrobiana residual.

⊙ **Producto:** Solución alcohólica.

⊙ **Indicaciones:** La antisepsia por frotación es la técnica de elección para la higiene de las manos del personal sanitario cuando éstas no están visiblemente

sucias. Se utilizará para los cuidados generales del paciente y en las siguientes circunstancias:

- Antes de la realización de procedimientos que requieran una técnica aséptica: inserción de catéteres intravasculares, urinarios, intubaciones, etc.
- Tras exposición a sangre o fluidos potencialmente contaminados.
- Antes y después de atender a pacientes colonizados/infectados por microorganismos multirresistentes (Ej.: SARM), o a pacientes neutropénicos.
- Preparación de medicación y nutriciones parenterales en campana de flujo laminar.

⊙ **Duración:** Frotación durante 20-30 segundos hasta que las manos estén completamente secas.

#### 4. LAVADO DE MANOS QUIRÚRGICO.

⊙ **Objetivo:** Eliminar la flora transitoria y la flora residente.

⊙ **Producto:**

- Jabón antiséptico a base de Clorhexidina al 4%.
- Povidona Yodada en solución jabonosa al 7,5%.
- Solución de antiséptico en base alcohólica con efecto residual (precisa lavado de manos y antebrazos previo con agua y jabón).

⊙ **Indicaciones:** Antes de cada intervención quirúrgica, inserción de catéteres centrales, etc.

⊙ **Duración:**

- Lavado con jabón antiséptico: entre 2 y 5 minutos.
- Antisepsia por frotación con solución alcohólica: 3 minutos.