

PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE HIGIENE DE LAS MANOS

Este folleto detalla algunas preguntas frecuentes y previstas sobre la higiene de manos en la atención de salud. Las respuestas se toman de la evidencia disponible, como se describe en las Directrices de la Organización Mundial de la Salud (OMS) sobre higiene de manos en la atención de salud (2009).

¿Qué implica el Primer Reto Mundial de Seguridad del Paciente 'Una atención limpia es una atención más segura'?	Se lanzó en octubre de 2005 para abordar el problema de las infecciones asociadas a la atención de salud (IAAS) en todo el mundo, con la promoción de la higiene de manos como piedra angular. Tiene cinco componentes: 1. Prácticas limpias: seguridad de procedimientos quirúrgicos y de emergencia. 2. Productos limpios: seguridad en las transfusiones de sangre. 3. Medio ambiente limpio: agua segura, saneamiento y gestión de residuos. 4. Equipo limpio – seguridad de inyección. 5. Manos limpias.
--	--

¿Qué tipos de microorganismos se pueden propagar por falta de higiene de manos?	Los siguientes son ejemplos de los tipos de microorganismos que pueden transmitirse a través de las manos de los trabajadores de la salud: • <i>Staphylococcus aureus</i> (incluido <i>Staphylococcus aureus</i> resistente a la meticilina - MRSA) • <i>Streptococcus pyogenes</i> (estreptococo del grupo A) • Enterococo resistente a la vancomicina (ERV) • <i>Klebsiella</i> (incluida la <i>Klebsiella</i> productora de BLEE) • <i>Escherichia coli</i> (incluida la <i>E. coli</i> productora de BLEE) • <i>Enterobacter spp.</i> • <i>Pseudomonas spp</i> (incluidas multirresistentes) • <i>Clostridium difficile</i> • <i>Cándida spp</i>
--	---

	• Rotavirus • Adenovirus • Virus de la hepatitis A • Norovirus
¿Qué microorganismos podemos encontrar en la piel de las personas?	Las áreas alrededor del perineo pueden estar muy cargadas de microorganismos, pero incluso las axilas, el tronco y las manos pueden estar frecuentemente cubiertas en grandes cantidades. Microorganismos como <i>Staphylococcus aureus</i> y <i>Klebsiella</i> pueden estar presentes en la piel intacta en cantidades que oscilan entre 100 y 1.000.000 por cm. cuadrado. Es fácil entender que las manos de los trabajadores de la salud pueden contaminarse incluso después de procedimientos aparentemente 'limpios', como: • Tomar el pulso • Tomar lecturas de presión arterial • Tomar temperatura • Tocar la mano, el hombro o la ingle de un paciente
¿Cómo se aplica el enfoque 'Mis 5 momentos para la higiene de manos' en situaciones en las que el espacio entre las camas no es óptimo?	Los principios deben seguir aplicándose: cada cama debe tener su propia 'zona' a su alrededor, dentro de la cual se aplica el enfoque 'Mis 5 momentos para la higiene de las manos'.
¿Cuáles son las indicaciones de higiene de manos durante la administración habitual de medicamentos por vía oral?	Según las directrices de la OMS para la higiene de manos en la atención en salud, antes de manipular medicamentos, realice higiene de manos con un desinfectante a base de alcohol o lávese con agua y jabón. No hay ninguna indicación de lavarse las manos antes de tocar el estante de almacenamiento de medicamentos. Se debe realizar higiene de manos (según el momento 2) antes de manipular medicamentos sin envasar.

¿Cómo se adapta el enfoque 'Mis 5 momentos para la higiene de manos' a los pacientes de los servicios de salud mental?	Antes y después de actividades terapéuticas grupales o individuales. Antes y después de tocar superficies compartidas por los pacientes y trabajadores de la salud. Antes y después del uso de prácticas alternativas. Antes y después del contacto físico con los pacientes.
¿Debería el personal de limpieza seguir el enfoque 'Mis 5 momentos para la higiene de manos'?	El punto crucial que influye en el enfoque es si el personal de limpieza tiene o no contacto con los pacientes. Durante las actividades de limpieza general, el personal dedicado no suele tener contacto con los pacientes. Por tanto, no les aplica las indicaciones de higiene de manos (5 momentos).
¿Puede utilizarse el alcohol gel para la desinfección de manos?	En este caso, el alcohol gel se considera un desinfectante eficaz, siempre y cuando las recomendaciones de higiene de las manos se hayan aplicado correctamente y las manos no estén visiblemente sucias.
¿El uso de guantes puede sustituir a la higiene de manos?	No, nunca. Los guantes en ningún caso sustituyen a la higiene de las manos. Si se utilizan, deben cambiarse siempre de un paciente a otro y cada vez que se retiren debe realizarse una higiene de manos.
¿Debo usar una toalla de papel para cerrar la llave después de lavarme las manos?	Los Centros de Control de Enfermedades (CDC) recomiendan cerrar la llave después de mojarse las manos para usar menos agua. Luego, abrirla una vez más después de lavarse las manos para enjuagar el jabón. Puede usar una toalla de papel, el codo u otra manera que no sea con las manos para cerrar la llave.
¿Qué es mejor, lavarse o desinfectarse las manos?	Cuando las manos están visiblemente sucias deben lavarse con agua y jabón ya que el jabón facilita la eliminación de la suciedad. Cuando las manos están contaminadas pero

	no hay suciedad visible, el procedimiento de elección es la desinfección mediante preparados de base alcohólica, ya que los antisépticos eliminan un mayor número de microorganismos.
¿Cómo se combate la resistencia a los antibióticos con el lavado de manos?	Mantener las manos limpias mediante el lavado con agua y jabón o el uso de un desinfectante de manos a base de alcohol es una de las mejores maneras de prevenir la propagación de los microorganismos incluso resistentes y evitar infecciones.
¿Qué método de higiene de las manos se recomienda para los trabajadores de la salud?	La OMS y los CDC recomiendan el uso de desinfectantes de manos a base de alcohol como el método primario para la higiene de las manos en la mayoría de las situaciones de atención médica.
¿Qué factores deben tenerse en cuenta para evitar dañar la piel de las manos?	Para evitar problemas dermatológicos es muy importante que al finalizar el procedimiento las manos estén perfectamente secas. Deben hidratarse varias veces al día, preferentemente una vez finalizada la jornada laboral.
¿Me debo lavar las manos y aplicar una preparación a base de alcohol simultáneamente?	Lavarse las manos regularmente con agua y jabón inmediatamente antes o después de usar una preparación a base de alcohol, no solo es innecesario, sino que también puede causar dermatitis.
¿Cuáles son los tipos más frecuentes de contacto en la atención ambulatoria?	• El contacto con la piel intacta del paciente. • El contacto con las mucosas y la piel no intacta o un dispositivo médico invasivo. • El contacto potencial o real con un fluido corporal. • El contacto con objetos del entorno inmediato del paciente.
¿Se pueden rellenar los envases vacíos o parcialmente vacíos?	• Los riesgos potenciales de seguridad que pueden estar asociados con el 'llenado' de frascos de alcohol y jabón incluyen contaminación inadvertida, efectividad

	reducida por la evaporación del alcohol y efectos irritantes por mezclar formulaciones. ● Rellenar recipientes de jabón líquido se ha asociado con brotes de bacterias patógenas.
¿Se pueden tener las uñas largas y usar joyería?	● Se recomienda que los trabajadores de la salud no usen uñas artificiales o extensiones cuando tengan contacto directo con pacientes. ● Mantenga las puntas de las uñas naturales a menos de ¼ de pulgada de largo. ● Algunos estudios han demostrado que la piel debajo de los anillos contiene más gérmenes que áreas comparables de piel en los dedos sin anillos.
¿Los desinfectantes para manos a base de alcohol contribuyen a la resistencia a los antibióticos?	Los desinfectantes para manos a base de alcohol matan los gérmenes, incluidos los resistentes a los antibióticos, al destruir las proteínas y la membrana exterior protectora que los gérmenes necesitan para sobrevivir. La resistencia a los antibióticos ocurre cuando gérmenes como bacterias y hongos desarrollan la capacidad de vencer los medicamentos.
¿Qué partes de las manos se pasan por alto con mayor frecuencia?	Los trabajadores de la salud suelen pasar por alto estas áreas: ● Pulgares ● Puntas de los dedos ● Entre los dedos

Referencias:

- Preguntas frecuentes sobre la higiene de manos en la atención sanitaria. OMS.
<https://www.who.int/teams/integrated-health-services/infection-prevention-control>
- Guideline for Hand Hygiene in Health-Care Settings Recommendations of the Healthcare Infection Control Practices Advisory Committee and the HICPAC/SHEA/APIC/IDSA Hand Hygiene Task Force CDC 2002.
- Hand hygiene Technical Referente Manual © Organización Mundial de la Salud, 2009.
- Guía de la OMS sobre Higiene de Manos en la Atención de la Salud, Resumen @ Organización Mundial de la Salud 2009.