



MUCHAS GRACIAS POR
SU COLABORACIÓN

**INFORMACIÓN PARA
PACIENTES Y FAMILIARES**



“LA HIGIENE DE MANOS SALVA VIDAS”

SEMANA DE CONCIENCIACIÓN 24-30 Enero 2011

Recuerde: la higiene de las manos salva vidas.



HIGIENE MANOS

¿Por qué?

Si practica la higiene de manos de forma regular y le pide a aquellos que lo rodean que hagan lo mismo, usted estará colaborando en evitar infecciones.

Para prevenir infecciones hospitalarias:

- Según la OMS (Organización mundial de la salud), se estima que 1.4 millones de personas en todo el mundo están padeciendo alguna infección asociada a la atención sanitaria.
- En los hospitales se pueden contraer infecciones que son difíciles de tratar o potencialmente mortales.
- Cualquier paciente puede adquirir una infección hospitalaria.
- Usted puede ayudar a evitar las infecciones si le pide a los visitantes que se laven las manos.

Para ejercer control sobre la salud:

- La higiene de las manos es una de las maneras más importantes de prevenir la propagación de infecciones, como por ejemplo el resfriado común, la gripe e incluso el Staphylococcus aureus (causantes de infecciones en la piel), resistente a la Meticilina.

¿Cuándo?

Tanto usted como su familia deben lavarse las manos con frecuencia, sobre todo, después de tocar al paciente, a su compañero de habitación u objetos de la habitación del hospital; antes de comer y después de ir al baño.

Usted, su familia y sus amigos deben practicar la higiene de manos:

- Antes de preparar o comer alimentos.
- Después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- Después de tocar al paciente, superficies de la habitación como las barandillas de la cama, mesitas de noche, teléfono ,etc.. y antes de salir de la habitación.
- Los movimientos entre habitaciones es uno de los riesgos de transmisión; le recomendamos, evitarlo en la medida de lo posible y practicar el lavado siempre después de hacerlo.

¿Cómo?

Se necesitan unos 40 segundos para lavarse las manos con agua y jabón y un poco menos al desinfectarlas con un producto de base alcohólica.

¿Cuál ?

Es preferible que use **agua y jabón** siempre y si no es posible y no hay suciedad visible en las manos, puede usar un desinfectante de base alcohólica.