

HIGIENIZE SUAS MÃOS



USUÁRIOS E FAMILIARES
EMPODERADOS:
PACIENTE SEGURO



Organizadoras:

Fernanda Liene Cavalcante da Cruz

Natália Pereira dos Santos

Edilena de Jesus Sousa Santos

Deborah Arraes Castelo Branco

Debora de Jesus dos Santos Menezes

Dulcehy Moreira Serra Guterres

Jéssica Angel Mendes da Silva Arrais

Tamara Rúbia Cavalcante Guimarães Coutinho

Universidade Federal do Maranhão
Hospital Universitário da UFMA
Projeto Paciente Seguro - PPS
Unidade Coronariana
Time Higiene de Mãos



Caros Usários e Familiares

Esta cartilha foi desenvolvida para orientá-los sobre a importância da higienização das mãos, visando a redução das infecções relacionadas à assistência a saúde (IRAs) e a segurança do paciente.

Nesta cartilha vocês encontrarão informações e procedimentos básicos que devem ser seguidos durante sua permanência nos serviços de saúde. Além disso, a cartilha irá ajudá-los a compreender a importância da higienização das mãos e o seu papel como **"agente de barreira"** em atividades assistenciais nos serviços de saúde.

Contamos com a sua participação e parceria para nos ajudar a prestar um cuidado mais seguro.



Infecções Relacionadas à Assistência a Saúde

1. O que são?

São Infecções adquiridas durante a permanência do paciente no hospital, na assistência domiciliar, clínicas ou consultórios. Elas consistem em eventos adversos ainda persistentes nos serviços de saúde. Sabe-se que a infecção eleva consideravelmente os custos no cuidado do paciente, aumenta o tempo de internação, a morbidade e a mortalidade nos serviços de saúde.

2. Como ocorrem o contágio e a transmissão?

Ocorrem através do uso de artigos hospitalares contaminados ou mal esterilizados e pelas mãos dos profissionais de saúde, que podem adquirir microrganismos multirresistentes, por meio de contato direto com pacientes infectados por esses agentes e, também pelo contato com o meio ambiente ou superfícies próximas ao paciente.^{3,4}

Curiosidade

Estudos revelam que no Brasil 3% a 15% dos pacientes hospitalizados desenvolvem alguma infecção hospitalar.

3. O que são microrganismos multirresistentes?

São microrganismos que resistem à ação de diversos tipos de antibióticos, normalmente eficaz na eliminação destes e merecem especial atenção no meio hospitalar.



HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

As IRAS são consideradas um grave problema de saúde pública, que repercutem diretamente na segurança do paciente e por sua vez na qualidade dos serviços de saúde, por esse motivo, segundo especialistas na área há uma necessidade de tomada de ações estratégicas para a redução das IRAS.

Uma medida simples e de grande impacto que pode ser realizada pelos profissionais da saúde, é a higienização das mãos (HM). Essa medida tem eficácia comprovada na prevenção das infecções, uma vez que impede a transmissão cruzada de microrganismos, além de melhorar a qualidade da assistência à saúde prestada a população.



Por que os profissionais da saúde devem higienizar as mãos?

Porque no momento certo e da maneira correta, pode salvar vidas. A Organização Mundial da Saúde (OMS) por meio da Aliança Mundial para a Segurança do Paciente desenvolveu diretrizes e estratégias de implantação de medidas, visando à adesão de profissionais de saúde às práticas sobre Higiene das Mãos baseadas em evidências científicas para auxiliar os serviços de saúde e assim reduzirem as IRAS.



As estratégias para melhoria da adesão a HM incluem uso de lembrete, educação, observação direta e feedback. Mais recentemente, o engajamento do paciente é reconhecido como um importante componente nas estratégias multimodais de melhoria da adesão da higiene das mãos.



Como higienizar corretamente as mãos?

A HM pode ser realizada com água e sabão, solução antisséptica e/ou com preparações alcoólicas. A higienização pode variar de acordo com objetivo que se quer alcançar e sua eficácia depende do tempo de higiene e da técnica utilizada.



Segundo orientações da ANVISA antes de higienizar as mãos, independente da técnica utilizada, deve-se retirar qualquer tipo de adorno, (anéis, alianças, pulseiras, relógios, etc).

PASSO A PASSO DA LAVAGEM DE MÃOS.



Se você for utilizar água e sabão, a lavagem deve durar aproximadamente **1 minuto**.

Se você for utilizar o álcool gel, a lavagem deve durar aproximadamente **20 segundos**.



1
Utilize **água e sabão**
ou **álcool gel a 70%**;



2
Primeiro, esfregue
as **palmas das mãos**;



3
Posteriormente,
o **dorso das mãos**;



4
Articulações;



5
Polegares;



6
Pontas dos dedos;



7
Punhos;



8
Enxague as mãos;



9
E seque.

Não esqueça de higienizar entre os dedos e o dorso das mãos!

OS 5 MOMENTOS DE HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

Em quais momentos devo higienizar as mãos?

A OMS decidiu abordar a HM com uma visão unificada para que os profissionais possam focar em apenas cinco indicações, que tem como objetivo facilitar o entendimento dos momentos em que há riscos de transmissão de microrganismos pelas mãos, memorizá-los e incorporá-los nas atividades assistenciais.

Ao estabelecer os 5 momentos para HM, dois antes do contato com o paciente e três após o contato ou exposição a fluidos, que foca exatamente nos momentos essenciais para a higiene das mãos

As mãos são as **principais vias de transmissão de germes** no momento de cuidado do paciente.

- Higienizar as mãos é a principal medida para diminuir as infecções.
- Fique atento se o profissional de saúde está lavando as mãos nos momentos que vem cuidar de você. Caso isso não esteja ocorrendo, lembre-o de forma cordial.
- As visitas e acompanhantes também devem lavar as mãos antes de tocar em você.

Os 5 momentos para a HIGIENE DAS MÃOS

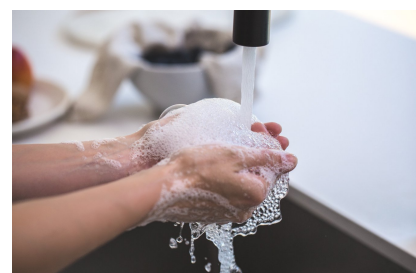
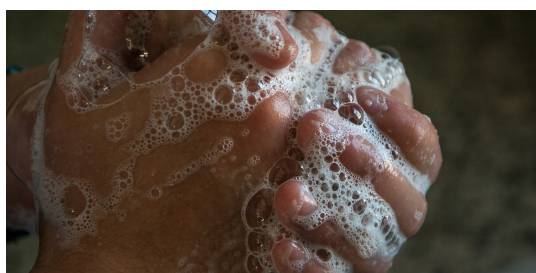


Qual é o meu papel na prevenção das IRAS?

Os familiares devem sempre higienizar as mãos antes de tocar os pacientes, não utilizar adornos (anéis, pulseiras, brincos, relógios etc.) e permanecer na unidade do seu paciente, evitando cruzamento com os demais a fim de protegê-lo de contaminação cruzada.

Enquanto usuário e já conhecendo os 5 momentos de higienização das mãos, você pode agir como agente de barreira solicitando que o profissional realize a higienização das mãos, caso ele esqueça de executar. Não se preocupe, você não sofrerá nenhum prejuízo na condução da assistência prestada a você, mas poderá nos ajudar a evitar maiores danos à recuperação da sua saúde.

Contamos com sua ajuda para nos auxiliar na prestação de um cuidado mais seguro e você pode contar com nossas melhores práticas.





Referências

SILVA JÚNIOR, Ademir Ferreira da; SOUSA, Aline Andrade; MONTEIRO, José Rogério Souza. (Org.) **Higienize suas mãos: Profissional empoderado = Paciente Seguro.** Altamira: PA, 2020.

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Implantação do Núcleo de Segurança do Paciente em Serviços de Saúde** – Série Segurança do Paciente e Qualidade em Serviços de Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Brasília: Anvisa, 2016

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução da Diretoria Colegiada da Anvisa – **RDC nº. 36, de 25 de julho de 2013.** Institui ações para a segurança do paciente em serviços de saúde e dá outras providências. Diário Oficial da União, 26 jul 2013

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Medidas de Prevenção de Infecção Relacionada à Assistência à Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária** – Brasília: Anvisa, 2017.

Organização Mundial de Saúde (OMS). **Manual de Referência Técnica para a Higiene das Mãos.** SALVE VIDAS Higienize Suas Mãos. (2009).

BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. **Higienização das mãos em serviços de saúde** – Brasília: Anvisa, 2007.

Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). **Orientações Gerais para Higiene das mãos em Serviços de Saúde.** Brasília: ANVISA, 2018.

