



Associação Brasileira do Mercado
de Limpeza Profissional



DICAS SOBRE
HIGIENIZAÇÃO CORRETA
DAS MÃOS



Aos Profissionais da Limpeza,

A higienização das mãos é a medida mais simples e habitual para prevenir a disseminação de infecções relacionadas à saúde.

A lavagem correta promove a retirada de sujidades, suor, oleosidade, pelos, pele descamada e microrganismos. Com o objetivo de alertar sobre a importância da prática e conscientização da correta higienização das mãos, não apenas entre os profissionais de saúde, mas como importante meio para a promoção da saúde de todos, a Abralimp preparou estas dicas com algumas medidas que contribuam com a lavagem correta para serem repassadas aos seus funcionários, elaborada a partir de informações da Anvisa e dos diretores das Câmaras Setoriais da Associação.

DICAS DA ABRALIMP

A correta higienização das mãos coincide muito com os procedimentos dos profissionais da área de saúde. Em termos de redução microbiana a estimativa é que o resultado de uma lavagem de mãos comum atinja entre **60 e 80%**, enquanto que profissionais da área da saúde, que obedecem a um procedimento minucioso, podem ultrapassar **99%**;

Para uma higienização correta e eficaz das mãos, principalmente no ambiente hospitalar, evitando a transmissão de patógenos pelos contatos, três fatores são indispensáveis:

- **escolha do agente (sabonete) com ação microbiana;**
- **aplicação corretas das técnicas de limpeza das mãos**
- **tempo e regularidade de limpeza;**

Podemos utilizar um bom produto e lavar as mãos com frequência, porém, se a técnica e o tempo não forem adequadamente realizados, o investimento no produto terá sido em vão;



A técnica certa também inclui etapas como a lavagem do dorso das mãos, dedos e toda circunferência;

Em virtude do pouco acesso às torneiras que são abertas sem precisar do toque, a solução indicada é **enxaguá-las antes de realizar o procedimento correto de higienização das mãos**, evitando assim uma recontaminação;

Outra opção é fechar a torneira com papel descartável, usado para secar as mãos. O papel também pode ser usado para abrir a porta do banheiro, já que a maçaneta pode apresentar o mesmo problema de contaminação que a torneira.



PASSOS PARA QUE A HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS ESTEJA COMPLETA

Abra a torneira e molhe as mãos, evitando encostar na pia.

Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante).

Ensaboe as palmas das mãos, friccionando-as entre si.

Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda (e vice-versa) entrelaçando os dedos.

Entrelace os dedos e friccione os espaços interdigitais.

Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta (e vice-versa), segurando os dedos, com movimento de vai e vem.

Esfregue o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda (e vice-versa), utilizando movimento circular.





Friccione as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em concha (e vice-versa), fazendo movimento circular.

Esfregue o punho esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita (e vice-versa), utilizando movimento circular.

Enxágue as mãos, retirando os resíduos de sabonete.

Evite contato direto das mãos ensaboadas com a torneira.

Seque as mãos com papel toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos.

FAÇA PARTE DA **ABRALIMP**

associe-se

Venha nos conhecer e juntar-se às demais empresas associadas, que encontram na ABRALIMP um ambiente profissional e amistoso para troca de informação e expansão de conhecimentos.



Associação Brasileira do Mercado
de Limpeza Profissional

Av. Angélica, 321 - cj 22 - Santa Cecília - SP
Tel.: (11) 3079-2003

Siga a Abralimp nas redes sociais



www.abralimp.org.br



Associação Brasileira do Mercado
de Limpeza Profissional



www.abralimp.org.br

HIGIEXPO HIGICON HIGI PLUS UNIABRALIMP

Av. Angélica, 321 - CJ. 22 - Santa Cecília
01227-000 - São Paulo - SP

