

VITRA Health

# Capacitação de Cuidadores Edição de Março

Precauções Universais e Controle de Infecções



## Precauções universais e controle de infecção

### Lavagem das mãos: mãos limpas salvam vidas

#### Quando e como lavar as mãos

Manter as mãos limpas por meio de uma melhor higiene das mãos é uma das medidas mais importantes que podemos tomar para evitar adoecer e espalhar germes para outras pessoas. Muitas doenças e condições são transmitidas por não lavar as mãos com sabão e água limpa. Se não houver água limpa, como é comum em muitas partes do mundo, use sabão e a água que estiver disponível. Se água e sabão não estiverem disponíveis, use um desinfetante para as mãos à base de álcool que contenha pelo menos 60% de álcool para limpar as mãos.

#### Quando você deve lavar as mãos?

- Antes, durante e depois de preparar alimentos
- Antes de comer
- Antes e depois de cuidar de alguém doente
- Antes e depois de tratar um corte ou ferida
- Depois de usar o banheiro
- Depois de trocar fraldas ou limpar uma criança que usou o banheiro
- Depois de assoar o nariz, tossir ou espirrar
- Depois de tocar em um animal, ração ou dejetos de animais
- Depois de manusear alimentos ou beliscos para animais de estimação
- Depois de tocar no lixo

#### Como você deve lavar as mãos?

Lavar as mãos com água e sabão é a melhor maneira de reduzir o número de germes que estão nelas na maioria das situações. Se água e sabão não estiverem disponíveis, use desinfetante para as mãos à base de álcool que contenha pelo menos 60% de álcool. Os desinfetantes para as mãos à base de álcool podem reduzir rapidamente o número de germes nas mãos em algumas situações, mas os desinfetantes não eliminam todos os tipos de germes e podem não remover produtos químicos nocivos.

***Os desinfetantes para as mãos não são tão eficazes quando as mãos estão visivelmente sujas ou gordurosas!***

#### Como usar desinfetantes para as mãos?

- ✓ Aplique o produto na palma de uma das mãos (leia o rótulo para saber a quantidade certa).
- ✓ Esfregue as mãos.
- ✓ Esfregue o produto em todas as superfícies das mãos e dedos até que as mãos estejam secas.

### **Procedimentos de segurança da Agência de Segurança e Saúde Ocupacional (Occupational Safety and Health Administration, ou OSHA, pela sigla em inglês) para precauções universais**

Os funcionários devem seguir os procedimentos de segurança adequados da OSHA quando houver potencial para entrar em contato com perigos à saúde. Para os responsáveis pela limpeza e descarte de fontes potenciais de contaminação, porém, evitar não é uma opção. São ações simples e eficazes que, quando bem executadas, podem proteger os funcionários de patógenos transmitidos pelo sangue.

#### **Precauções universais incluem:**

- ✓ Ensinar indivíduos feridos que tenham apenas ferimentos leves para aplicar ataduras em si mesmos.
- ✓ Tratar qualquer substância ou objeto desconhecido que potencialmente possa estar contaminado com um patógeno transmitido pelo sangue como se estivesse, de fato, contaminado. Pessoas que descartam o lixo devem dar atenção especial a isso, pois muitas pessoas descartam indevidamente objetos contaminados com sangue.
- ✓ Sempre usar barreiras como luvas ao lidar com sangue ou outros fluidos corporais. Mesmo um saco plástico pode ser usado como luva em caso de emergência, mas certifique-se de verificar se há buracos primeiro.
- ✓ Remova e descarte cuidadosamente luvas, máscaras e/ou proteção para os olhos que possam estar infectados em sacos ou recipientes especiais para resíduos de risco biológico.
- ✓ Lavar as mãos imediatamente após manusear materiais potencialmente contaminados, mesmo com o uso de luvas.

Fontes: Cdc.gov & www.Osha.gov