

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