

detergente) que contenga un agente antiséptico.

□ **Agente antiséptico:** Sustancias antimicrobianas que se aplican en la piel para reducir en número la flora microbiana presente. Los ejemplos incluyen alcoholes, clorhexidina, clorina, hexaclorofeno, yodo cloroxlenol (PCMX), compuestos de amonios cuaternarios y triclosan.

□ **Lavado antiséptico de mano:** Lavado de manos con agua y jabón u otros detergentes que contengan un agente antiséptico.

□ **Frotación antiséptica de manos:** Aplicación de un antiséptico de manos por frotación, sobre toda la superficie de las manos.

□ **Actividad remanente.** La actividad remanente se define como la actividad antimicrobiana prolongada o ampliada que previene o inhibe la proliferación o la supervivencia de microorganismos después del uso del producto.



Lavate las manos.

TIPOS DE LAVADOS

En el medio sanitario existen diferentes técnicas de lavado de manos, en función a la posterior utilización de las mismas:

LAVADO HIGIÉNICO O RUTINARIO

El lavado higiénico de manos se define como la frotación vigorosa de las manos previamente enjabonadas, seguido de un aclarado con abundante agua.

Objetivo: Eliminar la suciedad, materia orgánica y flora transitoria de las manos.

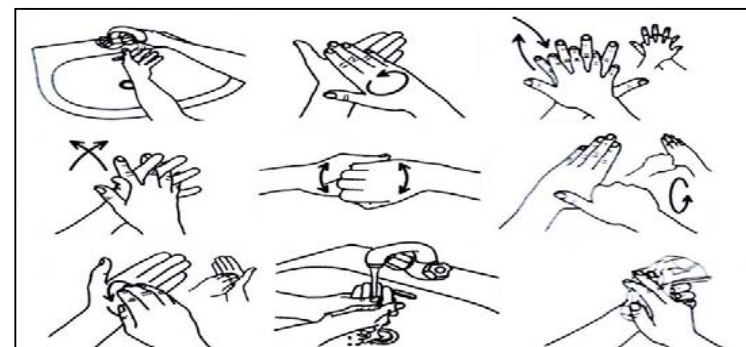
Producto: Jabón líquido de pH neutro o ligeramente ácido.

Indicaciones:

- Antes de iniciar la jornada laboral y finalizarla
- Siempre que las manos estén sucias o contaminadas con materia orgánica, sangre u otros fluidos corporales (IA)
- Después del contacto con fluidos o excreciones corporales, mucosas, piel no intacta
- En los casos que se sospecha o está confirmada la exposición al *Bacillus anthracis* y *Clostridium difficile*, está recomendada la acción mecánica del lavado y aclarado dado que los alcoholes, clorhexidina, yodóforos y otros antisépticos, tienen escasa actividad frente a esporas.

Procedimiento: (IB)

Antes de iniciar el lavado, es recomendable retirar anillos, pulseras y todos los elementos que puedan servir de reservorio a microorganismos.



LAVADO ANTISÉPTICO ASISTENCIAL

1. Lavado de manos con jabón antiséptico

Objetivo: eliminar la suciedad. Materia orgánica, flora transitoria y parte de la flora residente, consiguiendo además cierta actividad residual antimicrobiana.

Producto: Jabón antiséptico a base de clorhexidina al 4%, o povidona yodada al 7,5%.

Indicaciones:

- ♦ Siempre que las manos estén sucias o contaminadas con materia orgánica, sangre u otros fluidos corporales (IA)
- ♦ Antes de ponerse guantes estériles para insertar un catéter central intravascular (IB)
- ♦ Antes de ponerse guantes estériles para insertar un catéter vesical u otro dispositivo invasivo que no requiera un procedimiento quirúrgico (IB)
- ♦ Tras exposición a sangre o fluidos potencialmente contaminados.
- ♦ Antes y después de atender a pacientes colonizados/infectados por patógenos multirresistentes, y antes de atender a pacientes inmunodeprimidos.
- ♦ Preparación de medicación y nutrición parenteral en campana de flujo laminar.

Procedimiento: según figura

Duración: entre 30-60 segundos de tiempo de frotación con el jabón antiséptico.

2. Antiseptia de manos con solución hidroalcohólica

Objetivo: Eliminar la flora transitoria y parte de la flora residente.

Producto: Solución hidroalcohólica

Indicaciones: es imprescindible que las manos no estén visiblemente sucias.

- ♦ Antes de ponerse guantes estériles para insertar un catéter central intravascular (IB)
- ♦ Antes de insertar un catéter vesical u otro dispositivo invasivo que no requiera un procedimiento quirúrgico (IB)
- ♦ Antes y después de atender a pacientes colonizados/infectados por patógenos multirresistentes, y antes de atender a pacientes inmunodeprimidos.
- ♦ Preparación de medicación y nutriciones parenterales en campana de flujo laminar.
- ♦ La técnica por frotación con solución hidroalcohólica es una alternativa al lavado higiénico, para las indicaciones descritas en dicho apartado porque facilita su cumplimiento.

Procedimiento:

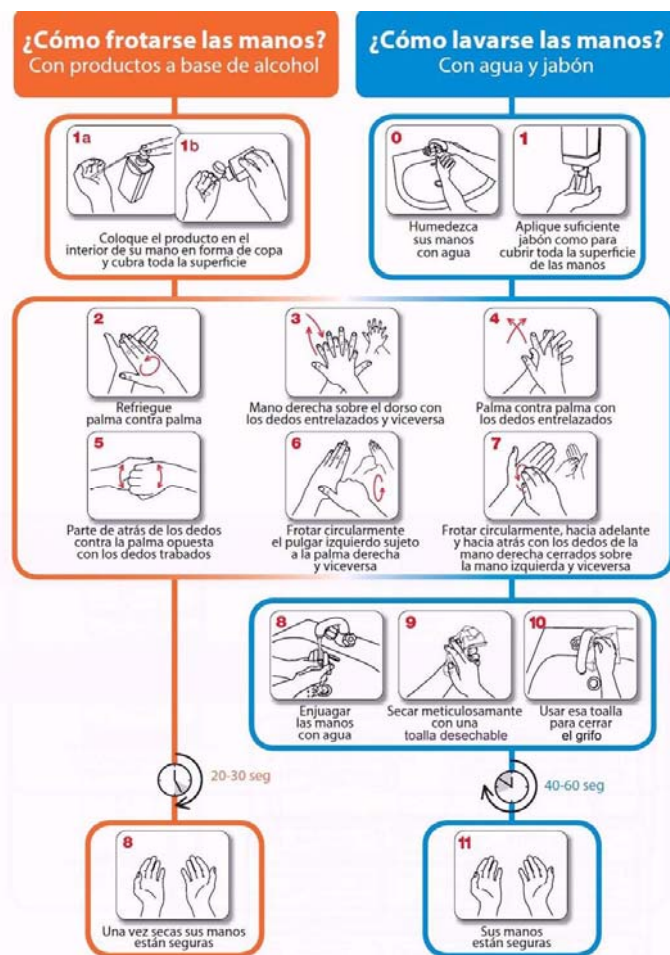
. Asegúrese previamente de que las manos estén completamente secas.

. Depositar en la palma de la mano una cantidad suficiente. Puede variar entre 2,5-3 ml, por lo que se recomienda seguir las instrucciones del fabricante respecto al volumen

necesario del producto para cubrir toda la superficie de las manos.

Duración: mínimo 30 segundos hasta que las manos estén completamente secas.

*Nota: Después del uso repetido de solución hidroalcohólica (5 -10 veces) se recomienda lavarse las manos con agua y jabón. El uso de alcoholes no es apropiado cuando las manos están visiblemente sucias o contaminadas con materiales proteicos.



LAVADO QUIRÚRGICO

Se recomienda indistintamente el uso de jabón antiséptico o solución de base alcohólica para la frotación de manos, con actividad residual, antes de colocarse los guantes estériles (IB). Dado que el empleo de solución hidroalcohólica es menos efectiva contra las esporas (*c. difficile*), se recomienda que el primer lavado del día sea con agua y jabón antiséptico, pudiéndose emplear en las sucesivas intervenciones tanto el jabón como dicha solución.

Indicaciones: antes de cada intervención quirúrgica.

1. Lavado quirúrgico con jabón antiséptico

Producto:

- ♦ Jabón antiséptico o cepillo-esponja estéril de clorhexidina al 4%.
- ♦ Jabón antiséptico cepillo-esponja estéril de Povidona Yodada en solución jabonosa al 7,5%.

Procedimiento:

- ♦ Retirar anillos, relojes y pulseras antes de comenzar el lavado quirúrgico de manos (II).
- ♦ Humedecer las manos y antebrazos.
- ♦ Enjabonar manos y antebrazos
- ♦ Enjabonar manos y antebrazos desde los dedos hasta los codos, sin volver a las manos ya limpias (IB).
- ♦ Prestar especial atención a la desinfección de las uñas, borde periungueal, dedos y pliegues interdigitales. Eliminar la suciedad existente debajo de las uñas, utilizando el

cepillo de uñas debajo del agua corriente (II).

- ♦ Aclarar desde la punta de los dedos hasta llegar a los codos.
- ♦ Secar por contacto, sin frotar, con una compresa o toalla desechable comenzando por los dedos y siguiendo hasta los codos.
- ♦ Mantener en todo momento las manos por encima de los codos y separadas del atuendo quirúrgico.
- ♦ Antes de ponerse los guantes, las manos y antebrazos deben estar completamente secos.

Duración: Entre 2-6 minutos.

2. Antisepsia quirúrgica con solución hidroalcohólica:

Producto: Solución hidroalcohólica.

Procedimiento:

- ♦ Retirar anillos, relojes y pulseras antes de comenzar la antisepsia quirúrgica de manos.
- ♦ Antes de aplicar la solución alcohólica deben lavarse las manos y antebrazos con jabón normal y secarlos completamente.
- ♦ Prestar especial atención a la limpieza de uñas, borde periungueal, dedos y pliegues interdigitales.
- ♦ Aplicar la cantidad de solución alcohólica, **tantas veces como sea necesario** (cada vez que las manos estén secas) hasta completar el tiempo de frotación recomendado por el fabricante.
- ♦ Fricción de los antebrazos en sentido codo-mano.

- ♦ Fricción de las muñecas.
- ♦ Fricción de manos según técnica de desinfección de manos con solución alcohólica.
- ♦ No secar con toallas. Mantener las manos por encima de los codos hasta la total evaporación de la solución hidroalcohólica.
- ♦ Se debe esperar a que las manos y antebrazos estén completamente secos antes de ponerse los guantes estériles. (IB).

Duración: 1,5-3 minutos (según fabricante)

Anexos

Anexo 1. Categorías de evidencia científica.

Cada recomendación está clasificada en función de los datos científicos existentes, del razonamiento teórico, de la aplicabilidad y del impacto económico. La clasificación es la siguiente:

Categoría IA.- Altamente recomendada para la implantación y fuertemente sustentada por estudios experimentales, clínicos o epidemiológicos bien diseñados.

Categoría IB.- Altamente recomendada para la implantación y sustentada por algunos estudios experimentales, clínicos o epidemiológicos, así como por un sólido razonamiento teórico.

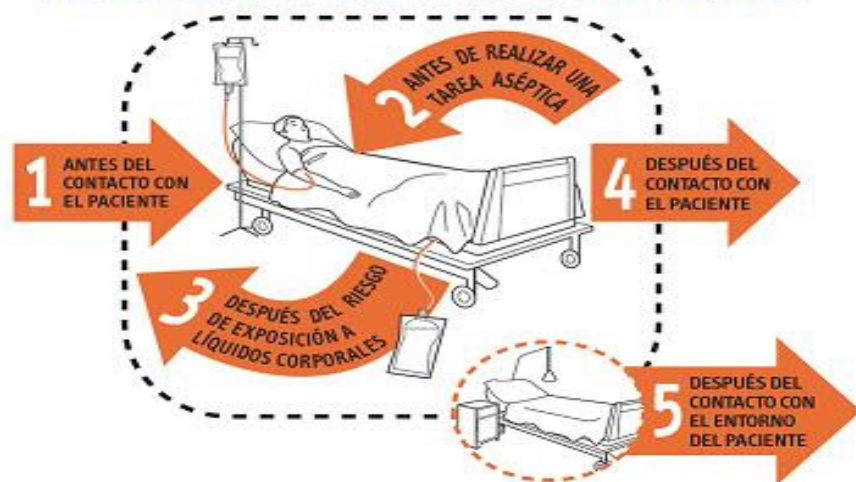
Categoría IC: Requerida por las regulaciones, normas o estándares estatales o federales de USA.

Categoría II.- Sugerida para la implantación y sustentada por estudios sugestivos clínicos o epidemiológicos o por algún razonamiento teórico.

Sin recomendación: Representa un punto controvertido, en el que no existen pruebas suficientes, ni consenso en cuanto a su eficacia.

Anexo 2. Los cinco momentos de la higiene de las manos

Sus 5 momentos para la HIGIENE DE LAS MANOS



Anexo 3. Actividad antimicrobiana y características

Grupo	Gram +	Gram -	Mico-bacterias	Hongos	Virus	Rapidez de actuación	Comentarios
Alcoholes	+++	+++	+++	+++	+++	Rápida	La concentración no excederá el 95% No actividad residual
Clorhexidina	+++	++	+	+	+++	Intermedia	Actividad persistente
Compuestos yodados	+++	+++	+++	++	+++	Intermedia	Puede irritar e incluso quemar la piel
Iodóforos	+++	+++	+	++	++	Intermedia	Menos irritante que el yodo
Derivados del fenol	+++	+	+	+	+	Intermedia	Su actividad es neutralizada por agentes surfactantes
Triclosán	+++	++	+	-	+++	Intermedia	Aceptable para el lavado de manos
Compuestos de amonio cuaternario	+	++	-	-	+	lenta	Usar sólo combinados con alcohol

CONCLUSIONES

La promoción de adecuada higiene de las manos reduce el riesgo de contraer infecciones asociadas a la atención sanitaria. Esta acción sigue siendo la medida primordial para reducir la incidencia y la propagación de los microorganismos resistentes a los antimicrobianos. Al brindar cuidados con manos seguras, se ofrece un servicio de calidad que preserva la seguridad del paciente en todos los ámbitos, lo que contribuye a disminuir la morbilidad y mortalidad, mitigando el sufrimiento de pacientes y familiares, además disminuye el costo que se genera en las instituciones.

BIBLIOGRAFÍA

- ♦ Ministerio de Sanidad, Política Social e Igualdad. Manual Técnico de referencia para la higiene de las manos. Madrid. 2010. Disponible en: http://www.msssi.gob.es/organizacion/sns/planCalidadSNS/docs/manual_tecnico_referencia_HM.pdf
- ♦ Servicio de Salud del Principado de Asturias. "Protocolo de lavado de manos y uso correcto de guantes en Atención Primaria de Asturias". 1ª Edición. 2009. Disponible en: http://www.asturias.es/Astursalud/Ficheros/AS_SESPA/AS_Gestion%20Clinica/AS_Seguridad%20Paciente/Protocolo%20Lavado%20Manos%20AP.pdf
- ♦ www.gob.es Guía de higiene de manos para profesionales sanitarios (osakidetza. Gobierno vasco)
- ♦ Guía para la Higiene de manos en Centros Sanitarios. CDC