



Proyecto de Mejoramiento de Salud y Nutrición Materna Infantil -PROMATERNI-

¿Cómo lavarse las manos?



Métodos de higiene de manos y criterios de selección

■ Métodos de higiene de las manos:

- **Desinfección a mano.**
- **Lavado a mano.**

■ Criterios de selección del método:

- **Desinfección a mano:**

Cuando no hay suciedad visible en sus manos.

- **Lavado a mano:**

- 1) Cuando hay suciedad visible en sus manos.**
- 2) Antes de los tiempos de comida.**
- 3) Después del baño.**

¿Está bien lavarme las manos y desinfectarme las manos con guantes?

El lavado de manos y la desinfección de manos con guantes no pueden eliminar los microorganismos de forma fiable.

Además, el guante se deteriora por la irritación del jabón y los desinfectantes, provocando finas perforaciones e imposibilitando el mantenimiento de la higiene de las manos.



¿Cuándo es el momento de cambiarse los guantes?

Reemplace a cada paciente, cuando se contamine, o se rompa.

Quítese los guantes cuando toque el papel o el aparato y use guantes nuevos cuando vuelva a realizar el tratamiento.



¿Tengo que lavarme las manos cuando me quite los guantes?

El uso de guantes puede minimizar la contaminación, pero se pueden contaminar cuando los guantes se dañan o se quitan mientras se usan. Siempre se requiere higiene de las manos después de quitarse los guantes.



Demostración de lavado de las manos



0



Mójese las manos.

1



Aplique suficiente jabón para cubrir todas las superficies de las manos.

2



**Frótese las palmas de las manos
entre sí.**

3



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.

4



Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.

5



Frótese el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, manteniendo unidos los dedos.

6



Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, fróteselo con un movimiento de rotación, y viceversa.

7



Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.

8



Enjuáguese las manos.

9



Séqueselas con una toalla de un solo uso.

10



Utilice la toalla para cerrar el grifo.

11



Sus manos son seguras.

❖ Instrucción del ejercicio en grupo

- 1) Dividir 3 grupos. Cada grupo tiene un facilitador del ejercicio en grupo.
- 2) Un participante practica la serie de actividades de “¿Cómo lavarse las manos?”
- 3) Un participante en el mismo grupo será el evaluador (turnándose) según lista de chequeo.
- 4) Si tienen alguna duda, pregunte al facilitador.
- 5) Cuando un participante termine la practica, recibirá retroalimentación del evaluador.

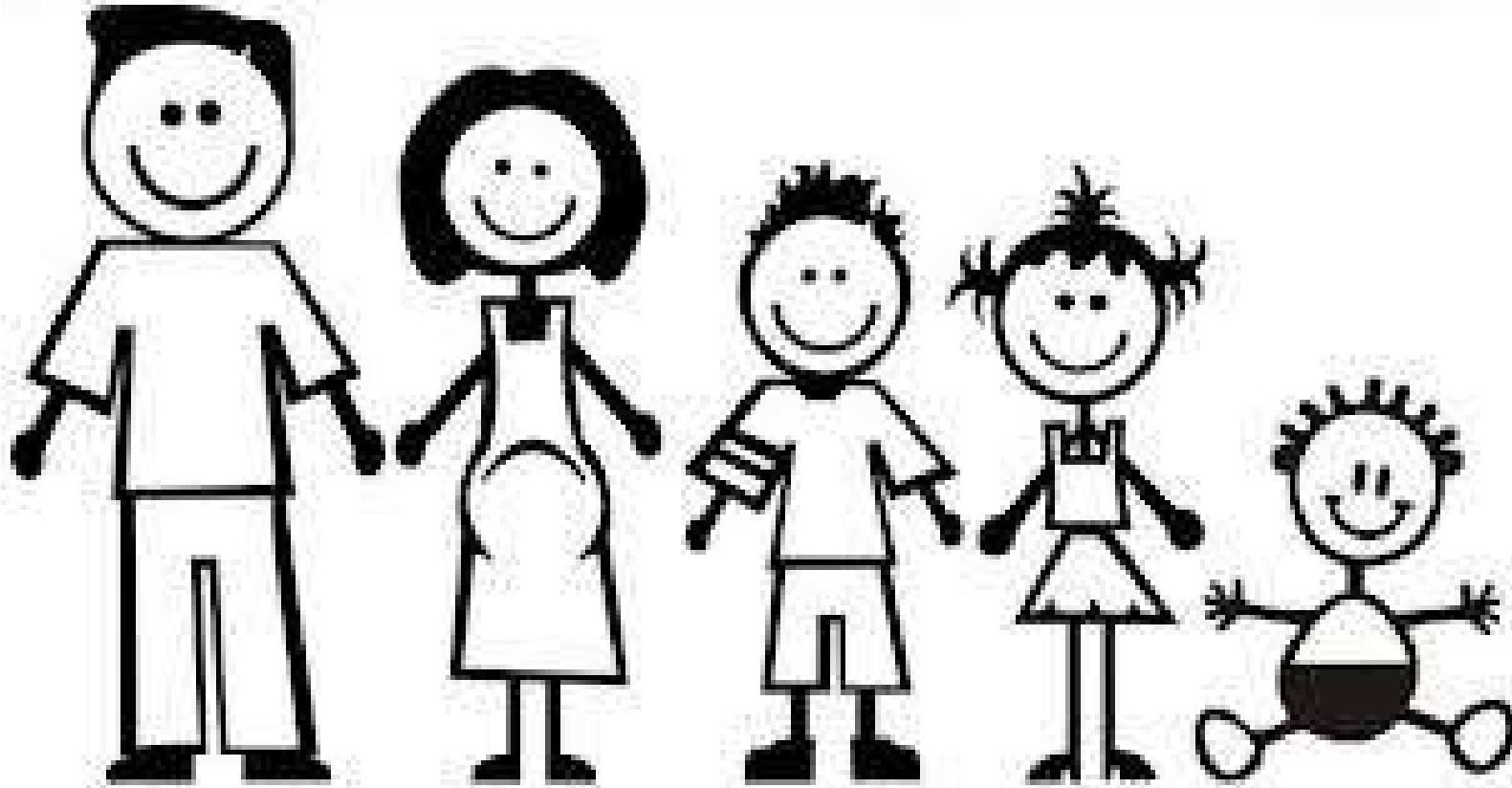
Puntos buenos, Puntos de mejora:

- 6) Cambie al siguiente participante.

¿Preguntas?



Gracias por su atención



PROMATERNI 
MSPAS-JICA-Quiché-Ixil