

HIGIENIZE SUAS MÃOS



**Profissional Empoderado
Paciente seguro**



Organizadores

Ademir Ferreira da Silva Junior

Doutor em Neurociências e Biologia Celular
Pós-Doutor em Segurança do paciente
Professor da Faculdade de Medicina da UFGA

Aline Andrade de Sousa

Doutora em Neurociências e Biologia Celular
Professora da faculdade de Ciências Biológicas da UFGA

José Rogério Souza Monteiro

Doutor em Neurociências
Professor da Faculdade de Medicina da UFGA

Higienize suas mãos: Profissional Empoderado Paciente seguro



© Todos os direitos autorais desta obra são reservados e protegidos ao organizador pela Lei nº 9.610, de fevereiro de 1998.

Título

Higienize suas mãos: Profissional Empoderado, Paciente seguro.

Organizadores

Ademir Ferreira da Silva Junior
Aline Andrade de Sousa
José Rogério Souza Monteiro

Colaboradores

Alexandre Apolo da Silva Coelho
Felipe da Costa Soares
Fernanda Nogueira Valentin Lucianelli
Fernando Cesar de Souza Braga
Karla Valeria Batista Lima
Ozélia Sousa Santos
Ilano Oliveira Silva
Paula Anastácia Ferreira
Josiane Macedo de Oliveira
Priscila do Nascimento Cordeiro Almeida

Editoração

Fernando Cesar de Souza Braga
Ilano Oliveira Silva

Capa

Fernando Cesar de Souza Braga

Revisão

Karla Valeria Batista Lima

Apoio

Universidade Federal do Pará
Universidade Estadual do Pará
Hospital Ophir Loyola

Dados Internacionais de Catalogação-na-Publicação (CIP)
Sistemas de Bibliotecas da UFPA

H638h HIGIENIZE SUAS MÃOS: Profissional Empoderado = Paciente seguro / Ademir Ferreira da Silva Júnior, Aline Andrade de Sousa, José Rogério Souza Monteiro (Org.). – Altamira, PA: [s. n.] 2020.

23 p. : il. color.

ISBN 978-65-00-01194-4

1. Mãos – Profissional da saúde e higiene. I. Silva Júnior, Ademir Ferreira da, Sousa, Aline Andrade de, Souza-Monteiro, José Rogério (Org).

CDD 23 ed.: 613.6

CARO PROFISSIONAL DA SAÚDE

Esta cartilha foi desenvolvida para orientá-lo sobre a importância da higienização das mãos, visando à redução das infecções relacionadas à assistência à saúde (IRAS) e a segurança do paciente.

Nesta cartilha, você encontrará informações e procedimentos básicos que devem ser seguidos por você durante a sua rotina nos serviços de saúde. Além disso, a Cartilha vai ajudá-lo a compreender a importância da higienização das mãos e o seu papel como agente multiplicador em atividades assistenciais nos serviços de saúde.

Ajude-nos a cuidar melhor dos pacientes. Lembre-se, Profissional empoderado, paciente seguro!



INFECÇÕES RELACIONADAS À ASSISTÊNCIA À SAÚDE (IRAS)

1. O que são?

São Infecções adquiridas durante a permanência do paciente no hospital, na assistência domiciliar, clínicas ou consultórios. Elas consistem em eventos adversos ainda persistentes nos serviços de saúde. Sabe-se que a infecção eleva consideravelmente os custos no cuidado do paciente, aumenta o tempo de internação, a morbidade e a mortalidade nos serviços de saúde.¹⁻²

2. Como ocorrem o contágio e a transmissão?

Ocorrem através do uso de artigos hospitalares contaminados ou mal esterilizados e pelas mãos dos profissionais de saúde, que podem adquirir microrganismos multirresistentes, por meio de contato direto com pacientes infectados por esses agentes e, também pelo contato com o meio ambiente ou superfícies próximas ao paciente.^{3,4}

Curiosidade

Estudos revelam que no Brasil 3% a 15% dos pacientes hospitalizados desenvolvem alguma infecção hospitalar.

3. O que são microrganismos multirresistentes?

São microrganismos que resistem à ação de diversos tipos de antibióticos, normalmente eficaz na eliminação destes e merecem especial atenção no meio hospitalar.



HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

As IRAS são consideradas um grave problema de saúde pública, que repercutem diretamente na segurança do paciente e por sua vez na qualidade dos serviços de saúde, por esse motivo, segundo especialistas na área há uma necessidade de tomada de ações estratégicas para a redução das IRAS.^{5,6}

Uma medida simples e de grande impacto que pode ser realizada pelos profissionais da saúde, é a higienização das mãos (HM). Essa medida tem eficácia comprovada na prevenção das infecções, uma vez que impede a transmissão cruzada de microrganismos, além de melhorar a qualidade da assistência à saúde prestada a população.⁵



Por que os profissionais da saúde devem higienizar as mãos?

Porque no momento certo e da maneira correta, pode salvar vidas. A Organização Mundial da Saúde (OMS) por meio da Aliança Mundial para a Segurança do Paciente desenvolveu diretrizes e estratégias de implantação de medidas, visando à adesão de profissionais de saúde às práticas sobre Higiene das Mãos baseadas em evidências científicas para auxiliar os serviços de saúde e assim reduzirem as IRAS.^{6,7} higiene das mãos.⁸⁻¹⁰



As estratégias para melhoria da adesão a HM incluem uso de lembrete, educação, observação direta e feedback. Mais recentemente, o engajamento do paciente é reconhecido como um importante componente nas estratégias multimodais de melhoria da adesão da higiene das mãos.⁸⁻¹⁰

HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

Quais os requisitos básicos para a seleção de produtos para higiene das mãos em serviços de saúde?

- **Eficácia antimicrobiana das preparações alcoólicas**

As soluções alcoólicas para serem eficazes devem estar na concentração entre 60% e 80%, pois as proteínas não se desnaturam com facilidade na ausência de água.¹⁴

- **Boa tolerância cutânea**

A preparação alcoólica para fricção antisséptica das mãos deve apresentar boa tolerância cutânea, uma vez que podem ocorrer dermatites de contato causadas por hipersensibilidade ao álcool ou a vários aditivos presentes em certas formulações.¹¹⁻¹⁴

- **Averiguação do odor, cor e consistência**

As características como odor, consistência e cor podem afetar a aceitação da preparação alcoólica para as mãos pelos usuários nos serviços de saúde.¹¹⁻¹⁴

- ✓ *Odor*

As preparações alcoólicas contendo fragrâncias fortes podem não ser toleradas pelos profissionais de saúde. Assim, a preparação alcoólica para HM deve apresentar cheiro característico ou exibir fragrância suave, leve e agradável.

- ✓ *Cor*

Deve ser transparente/incolor, sem adição de substâncias corantes em suas fórmulas.

- ✓ *Consistência*

Deve ser facilmente espalhada nas mãos, devendo apresentar boa textura e viscosidade.baixo custo comercial.¹⁴

- **Tempo de secagem**

O tempo requerido para a secagem das preparações alcoólicas nas mãos deve ter tempo necessário de 20 a 30 segundos.¹⁴

- **Custo acessível e disponibilidade no mercado local**

Um elemento essencial para a promoção das práticas de segurança voltadas à HM é a disponibilização de preparações alcoólicas de custo acessível ou de baixo custo comercial.¹⁴



Como higienizar corretamente as mãos?

A HM pode ser realizada com água e sabão, solução antisséptica e/ou com preparações alcoólicas. A higienização pode variar de acordo com objetivo que se quer alcançar e sua eficácia depende do tempo de higiene e da técnica utilizada.



Segundo orientações da ANVISA antes de higienizar as mãos, independente da técnica utilizada, deve-se retirar qualquer tipo de adorno, (anéis, alianças, pulseiras, relógios, etc).^{5,10,12}

LAVAGEM DAS MÃOS

 Duração total do procedimento: 40-60 seg.



1 Molhe as mãos com água



2 Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



3 Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



4 Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



5 Palma com palma com os dedos entrelaçados



6 Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



7 Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



8 Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



9 Enxague as mãos com água



10 Seque as mãos com toalhete descartável



11 Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



12 Agora as suas mãos estão seguras.

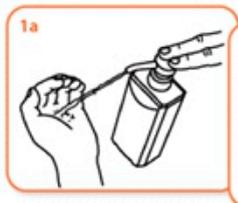
Figura 1. Lavagem Simples das Mãos. Fonte: Organização Mundial de Saúde (2009).⁷

COMO FAZER A FRICÇÃO ANTISSÉPTICA DAS MÃOS COM PREPARAÇÕES ALCOÓLICAS?

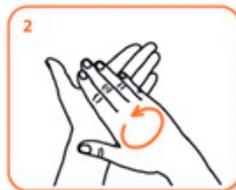
Friccione as mãos com Preparações Alcoólicas! Higienize as mãos com água e sabonete apenas quando estiverem visivelmente sujas!



Duração de todo o procedimento: **20 a 30 seg**



Aplique uma quantidade suficiente de preparação alcoólica em uma mão em forma de concha para cobrir todas as superfícies das mãos.



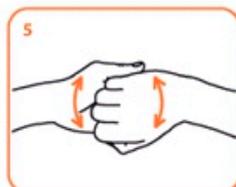
Friccione as palmas das mãos entre si.



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



Friccione a palma das mãos entre si com os dedos entrelaçados.



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



Friccione o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita utilizando-se de movimento circular e vice-versa.



Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo um movimento circular e vice-versa.



Quando estiverem secas, suas mãos estarão seguras.

Figura 2. Higienização das Mãos com preparações alcoólicas. Fonte: Organização Mundial de Saúde (2009).⁷

HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

Quais as Técnicas empregadas para a higienização das mãos?

- **Higienização simples**

Esta técnica visa remover os microrganismos que colonizam as camadas superficiais da pele, assim como o suor, a oleosidade e as células mortas, retirando a sujidade propícia à permanência e à proliferação de microrganismos. Nesse tipo de lavagem usa-se sabonete. A higienização simples das mãos deve ter duração de 40 a 60 segundos.⁵⁻⁷

- **Higienização antisséptica:**

Esta técnica é igual àquela utilizada para higienização simples das mãos e deve ter duração de 40 a 60 segundos.⁵⁻⁷

- **Fricção das mãos com antisséptico (preparações alcoólicas):**

Esta técnica objetiva reduzir a carga microbiana das mãos (não há remoção de sujidades). A utilização de gel alcoólico – preferencialmente a 70% – ou de solução alcoólica a 70% com 1%-3% de glicerina pode substituir a higienização com água e sabonete quando as mãos não estiverem visivelmente sujas. A fricção das mãos com antisséptico deve ter duração de 20 a 30 segundos.⁵⁻⁷

- **Antissepsia cirúrgica ou preparo pré-operatório das mãos:**

A antissepsia cirúrgica das mãos constitui uma medida importante, entre outras, para a prevenção da infecção de sítio cirúrgico. Esta técnica tem por objetivo eliminar a microbiota transitória da pele e reduzir a microbiota residente, além de proporcionar efeito residual na pele do profissional.

A antissepsia cirúrgica ou preparo pré-operatório das mãos deve durar de três a cinco minutos para a primeira cirurgia e de dois a três minutos para as cirurgias subsequentes.⁵⁻⁷

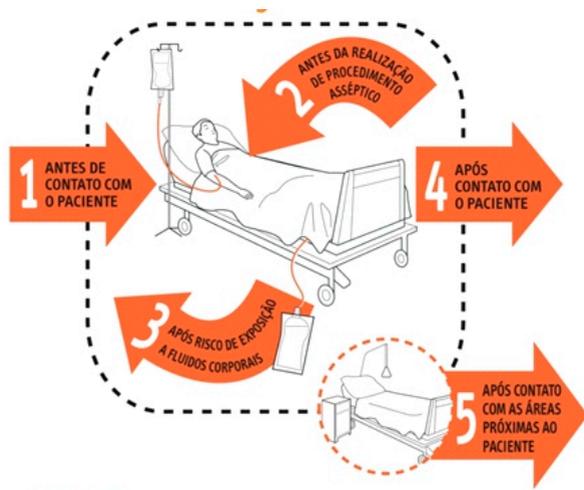


OS 5 MOMENTOS DE HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

Em quais momentos devo higienizar as mãos?

A OMS decidiu abordar a HM com uma visão unificada para que os profissionais possam focar em apenas cinco indicações, que tem como objetivo facilitar o entendimento dos momentos em que há riscos de transmissão de microrganismos pelas mãos, memorizá-los e incorporá-los nas atividades assistenciais.⁷

Ao estabelecer os 5 momentos para HM, dois antes do contato com o paciente e três após o contato ou exposição a fluidos, que foca exatamente nos momentos essenciais para a higiene das mãos.⁵⁻⁷



1 ANTES DE CONTATO COM O PACIENTE	QUANDO? Higienize as mãos antes de entrar em contato com o paciente. POR QUÊ? Para a proteção do paciente, evitando a transmissão de microrganismos presentes nas mãos do profissional e que podem causar infecções.
2 ANTES DA REALIZAÇÃO DE PROCEDIMENTO ASSÉPTICO	QUANDO? Higienize as mãos imediatamente antes da realização de qualquer procedimento asséptico. POR QUÊ? Para a proteção do paciente, evitando a transmissão de microrganismos das mãos do profissional para o paciente, incluindo os microrganismos do próprio paciente.
3 APÓS RISCO DE EXPOSIÇÃO A FLUIDOS CORPORAIS	QUANDO? Higienize as mãos imediatamente após risco de exposição a fluidos corporais (e após a remoção de luvas). POR QUÊ? Para a proteção do profissional e do ambiente de assistência imediatamente próximo ao paciente, evitando a transmissão de microrganismos do paciente a outros profissionais ou pacientes.
4 APÓS CONTATO COM O PACIENTE	QUANDO? Higienize as mãos após contato com o paciente, com as superfícies e objetos próximos a ele e ao sair do ambiente de assistência ao paciente. POR QUÊ? Para a proteção do profissional e do ambiente de assistência à saúde, incluindo as superfícies e os objetos próximos ao paciente, evitando a transmissão de microrganismos do próprio paciente.
5 APÓS CONTATO COM AS ÁREAS PRÓXIMAS AO PACIENTE	QUANDO? Higienize as mãos após tocar qualquer objeto, mobiliário e outras superfícies nas proximidades do paciente – mesmo sem ter tido contato com o paciente. POR QUÊ? Para a proteção do profissional e do ambiente de assistência à saúde, incluindo superfícies e objetos imediatamente próximos ao paciente, evitando a transmissão de microrganismos do paciente a outros profissionais ou pacientes.

Figura 3. Os 5 momentos para Higienização das Mãos. Fonte: Organização Mundial de Saúde (2009)⁷

O PAPEL DO PROFISSIONAL NA PREVENÇÃO DAS IRAS

Nos últimos anos, evidencia-se a importância dos cinco momentos para a higiene das mãos no desenvolvimento de ações preventivas como estratégia de implementação de medidas eficazes na busca da qualidade da assistência à saúde.⁵⁻⁷

O conceito “Meus cinco momentos para a higiene das mãos” sintetiza as indicações de higiene das mãos nos casos em que a mesma é necessária. Esse método facilita a compreensão, memorização e incorporação desse conceito no dia a dia dos profissionais.⁵⁻⁷

Em quais procedimentos a higienização das mãos pode ser indicada como estratégia para prevenção de IRAS?

Considerando os principais procedimentos invasivos (sonda vesical, cateter venoso, ventilação mecânica e cirurgia) que um paciente é submetido, os cinco momentos foram adaptados com objetivo de prevenir as principais topografias das IRAS (ITU, IPCS, ITR e ISC). Assim, a HM deve ser realizada como estratégia de prevenção das IRAS nos seguintes casos:

- **PREVENÇÃO DE INFECÇÃO DO TRATO URINÁRIO (ITU)**
- **PREVENÇÃO DE INFECÇÃO DE CORRENTE SANGUÍNEA (ICS)**
- **PREVENÇÃO DE PNEUMONIA ASSOCIADA À VENTILAÇÃO MECÂNICA (PAV)**
- **PREVENÇÃO DE INFECÇÃO CIRÚRGICA**



• PREVENÇÃO DE INFECÇÃO DO TRATO URINÁRIO (ITU)

Meus 5 Momentos para Higiene das Mãos Foco no cuidado do paciente com cateter urinário



Figura 4. Os 5 momentos para Higienização das Mãos: Foco no cuidado do paciente com cateter urinário . Fonte: Organização Mundial de Saúde (2015).¹⁸

- **PREVENÇÃO DE INFECÇÃO DE CORRENTE SANGUÍNEA (ICS)**
Nas ICS estão incluídas as infecções de paciente com cateter venoso central e periférico.

Meus 5 Momentos para Higiene das Mãos

Foco no cuidado do paciente com cateter venoso central

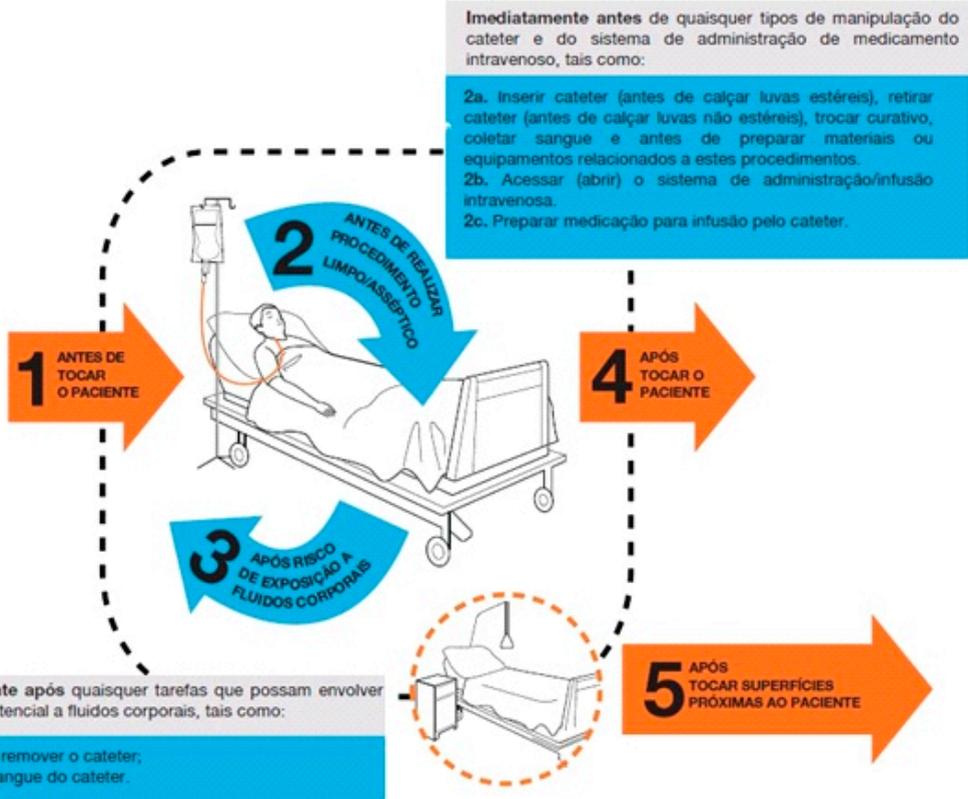


Figura 5. Os 5 momentos para Higienização das Mãos: Foco no cuidado do paciente com cateter venoso central. Fonte: Organização Mundial de Saúde (2015) ¹⁷

Meus 5 Momentos para Higiene das Mãos

Foco no cuidado do paciente com cateter venoso periférico

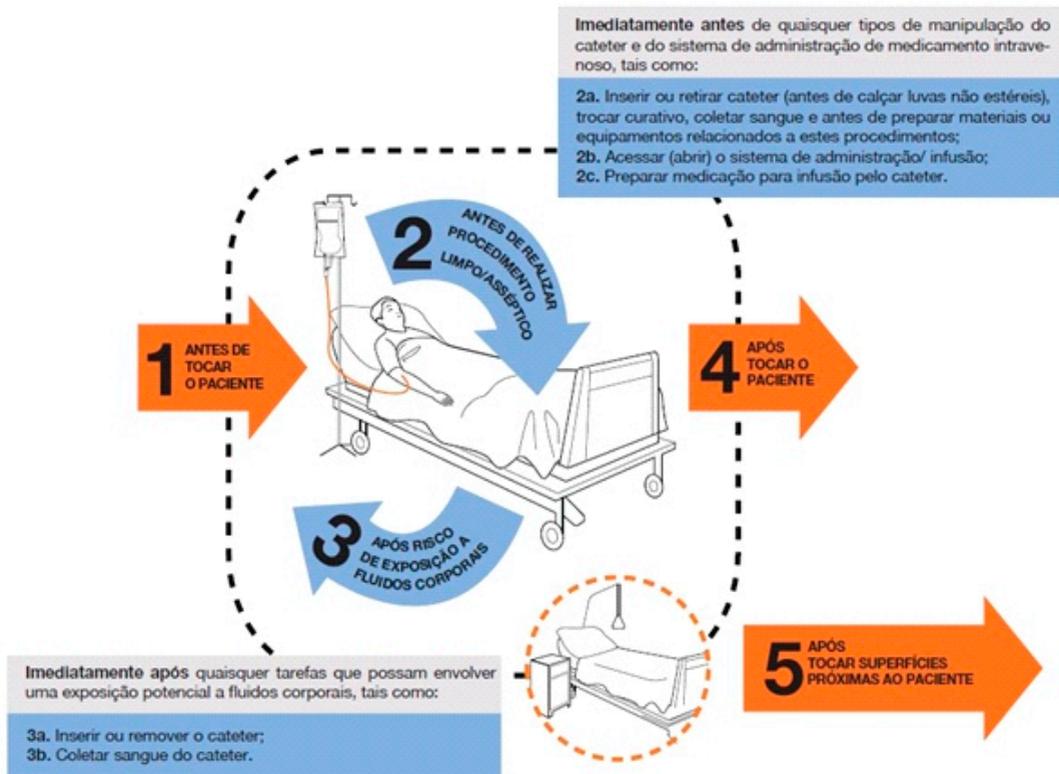


Figura 6. Os 5 momentos para Higiene das Mãos: Foco no cuidado do paciente com cateter venoso periférico. Fonte: Organização Mundial de Saúde (2015).¹⁵

- PREVENÇÃO DE PNEUMONIA ASSOCIADA À VENTILAÇÃO MECÂNICA (PAV)

Meus 5 Momentos para Higiene das Mãos Foco no cuidado do paciente com cânula endotraqueal



Figura 7. Os 5 momentos para Higienização das Mãos: Foco no cuidado do paciente com cânula endotraqueal. Fonte: Organização Mundial de Saúde (2015).¹⁶

• PREVENÇÃO DE INFECÇÃO CIRÚRGICA

Os meus 5 momentos para a higiene das mãos: Cuidados ao doente com Ferida Cirúrgica

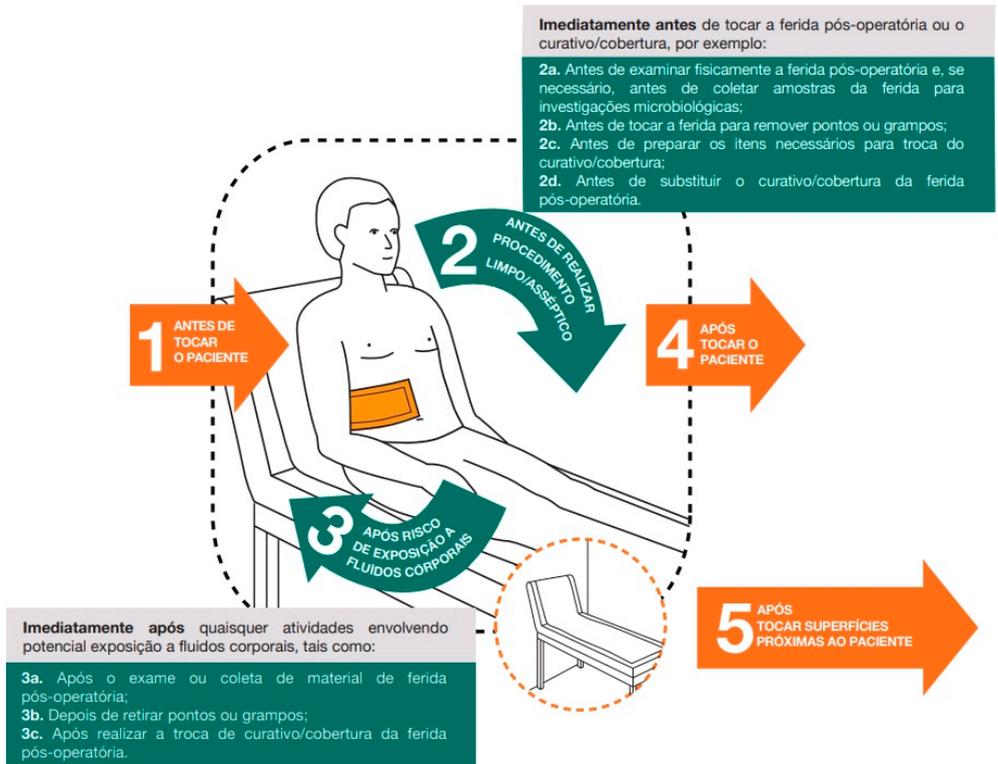


Figura 8. Os 5 momentos para Higienização das Mãos: Cuidados ao doente com ferida Cirúrgica. Fonte: Organização Mundial de Saúde (2015).¹⁹

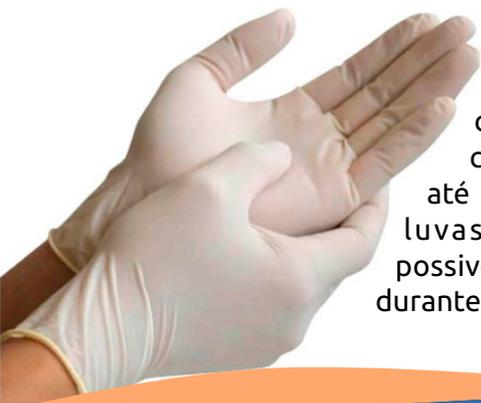
QUANDO DEVO UTILIZAR LUVAS?

Recomenda-se a utilização de luvas para a redução do risco: de contaminação das mãos de profissionais da saúde com sangue e outros fluidos corporais; e disseminação de microrganismos no ambiente e de transmissão do profissional da saúde para o paciente e vice-versa, bem como de um paciente para outro.^{1,3}



As luvas são utilizadas como um método de barreira, pois atuam no controle da disseminação de microrganismos no ambiente hospitalar. Podem ser classificadas em Estéreis e Não-estéreis. As luvas estéreis ou cirúrgicas são utilizadas em procedimentos invasivos ou para manipulação de material estéril, enquanto que as luvas não estéreis ou de procedimento, são utilizadas para proteção do profissional na manipulação de materiais infectados ou com procedimentos com risco de exposição a sangue, fluidos corporais e secreções.^{3,14}

É importante ressaltar que o uso de luvas não substitui a higienização das mãos. Os profissionais de saúde devem ser informados de que as luvas não fornecem uma proteção completa contra a contaminação das mãos. A microbiota que coloniza os pacientes pode ser observada em até 30% dos profissionais de saúde que usam luvas durante o contato com o paciente possivelmente devido a pequenos defeitos ou durante a remoção das luvas.⁵⁻⁷



REFERÊNCIAS

1. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Implantação do Núcleo de Segurança do Paciente em Serviços de Saúde – Série Segurança do Paciente e Qualidade em Serviços de Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Brasília: Anvisa, 2016.
2. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Resolução da Diretoria Colegiada da Anvisa – RDC nº. 36, de 25 de julho de 2013. Institui ações para a segurança do paciente em serviços de saúde e dá outras providências. Diário Oficial da União, 26 jul 2013.
3. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Medidas de Prevenção de Infecção Relacionada à Assistência à Saúde/Agência Nacional de Vigilância Sanitária – Brasília: Anvisa, 2017.
4. BRASIL, Boletim de Segurança do Paciente e Qualidade em Serviços de Saúde nº 14. Avaliação dos indicadores nacionais das Infecções Relacionadas à Assistência à Saúde (IRAS) e Resistência microbiana do ano de 2015. Anvisa, Brasília, dez. 2016.
5. BRASIL, Programa Nacional de Prevenção e Controle de Infecções Relacionadas à Assistência à Saúde (2016-2020) Gerência Geral de Tecnologia em Serviços de Saúde – GGTES. Brasília, nov. 2016.

6. Organização Mundial de Saúde (OMS), Manual de Referência Técnica para a Higiene das Mãos. SALVE VIDAS Higienize Suas Mãos. (2009).
7. COELHO MS, SILVA AC, FARIA SSM. Higienização Das Mãos como Estratégia Fundamental no Controle de Infecção Hospitalar: Um Estudo Quantitativo, Revista Eletrônica Trimestral de Enfermagem. Disponível em: http://scielo.isciii.es/pdf/eg/v10n21/pt_clinica2.pdf. ENERO 2011.
8. BRASIL, Assistência Segura: Uma Reflexão Teórica Aplicada à Prática Série. Segurança do Paciente e Qualidade em Serviços de Saúde Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Anvisa, 2013.
9. BRASIL. Agência Nacional de Vigilância Sanitária. Higienização das mãos em serviços de saúde – Brasília: Anvisa, 2007.
10. BRASIL. Portaria Nº 2616, de 12 de maio de 1998. Institui diretrizes e normas para prevenção e o controle das infecções hospitalares. Ministério da Saúde Gabinete do Ministro. Diário Oficial da União 13 de maio 1998.
11. Lastinger et all. Use of a patient empowerment tool for hand hygiene. American Journal of Infection Control. August 1, 2017. Volume 45.
12. Sharon LK. Identification of low, high, and super gelers and barriers to hand hygiene among intensive care unit nurses. August 1, 2017. Volume 45.

13. Deschênes et all. Efficacy of the World Health Organization–recommended handwashing technique and a modified washing technique to remove *Clostridium difficile* from hands. American Journal of Infection Control. August 1, 2017. Volume 45.
14. Agência Nacional de Vigilância Sanitária (ANVISA). Orientações Gerais para Higiene das mãos em Serviços de Saúde. Brasília: ANVISA, 2018.
15. Organização Mundial de Saúde (OMS). Meus cinco momentos para a higiene das mãos: Foco no cuidado do paciente com cateter venoso periférico. 2015.
16. Organização Mundial de Saúde (OMS). Meus cinco momentos para a higiene das mãos: Foco no cuidado do paciente com cânula endotraqueal. 2015.
17. Organização Mundial de Saúde (OMS). Meus cinco momentos para a higiene das mãos: Foco no cuidado do paciente com cateter venoso Central. 2015.
18. Organização Mundial de Saúde (OMS). Meus cinco momentos para a higiene das mãos: Foco no cuidado do paciente com cateter urinário. 2015.
19. Organização Mundial de Saúde (OMS). Meus cinco momentos para a higiene das mãos: Cuidados ao doente com ferida cirúrgica. 2015.



ISBN: 978-65-00-01194-4

COD



9 786500 011944