


Campaña de higiene de manos.
**Mantener las manos limpias
previene coger infecciones y
transmitirlas a otras personas.**

¿Por qué es importante la higiene de manos?




Cuando vamos a un centro sanitario, la **HIGIENE DE LAS MANOS** es la medida más sencilla y eficaz que **TODOS** podemos realizar para prevenir la transmisión de las infecciones.
POR FAVOR, LIMPIATE LAS MANOS.

¿Quién debe hacerla? Todos.

Cuando entres o salgas de un centro sanitario, es importante recordar que con las **MANOS LIMPIAS** evitaremos coger infecciones y transmitírselas a otras personas.

En los centros sanitarios encontrarás **SOLUCIONES ALCOHÓLICAS** que debes utilizar para realizar la **HIGIENE DE LAS MANOS**.



Si vas a visitar a un paciente hospitalizado, **antes** de entrar en la habitación y **una vez terminada la visita, lávate las manos o LÍMPIATELAS CON SOLUCIÓN ALCOHÓLICA.**



Es importante recordar a los profesionales sanitarios que se hagan adecuada Higiene de las Manos.



**SALVAR
VIDAS
ESTÁ EN
TUS
MANOS**

Gracias por lavártelas



¿CÓMO realizar la higiene de manos?

Todos podemos ayudar a prevenir y controlar las infecciones relacionadas con la atención sanitaria manteniendo una adecuada higiene de las manos **mediante unos sencillos pasos:**

Con **agua y jabón** (si las manos están visiblemente sucias) o...



Mójese las manos con agua y deposite en las palmas jabón líquido o...

...con **solución alcohólica** (si las manos están "aparentemente" limpias).



...deposite en la palma de las manos secas una dosis de solución.



Frótese las palmas de las manos entre sí y entrelazando los dedos.



Frótese cada palma contra el dorso de la otra mano y entrelazando los dedos.



Frótese el dorso de los dedos...



Y las puntas de los dedos.



Alrededor de los pulgares...



...deje que la solución se seque sola



Enjuáguese las manos con agua y séqueselas con una toalla de un solo uso.

