

# La UPRL informa

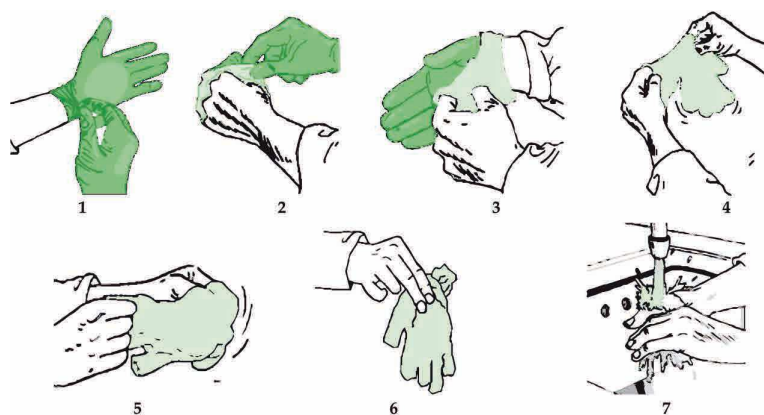


## MEDIDAS HIGIÉNICAS UNIVERSALES: RETIRADA ASÉPTICA DE GUANTES DE PROTECCIÓN Y LAVADO DE MANOS.

Una medida de higiene universal, para evitar o minimizar la dispersión y transmisión de los agentes biológicos fuera del lugar de trabajo, es la retirada aséptica de los guantes y el lavado de manos.

A continuación se describen los pasos a seguir para llevar a cabo estas técnicas de forma correcta:

### **RETIRADA ASÉPTICA DE LOS GUANTES DE PROTECCIÓN**



Fuente: **INSHT**, Guía Técnica para la evaluación y prevención de los riesgos relacionados con la exposición a agentes biológicos. Año 2014.

1. Coger el guante a unos centímetros del borde.
2. Volverlo del revés y quitarlo hasta el inicio de los dedos.
3. Con los dedos protegidos por el guante quitar el guante de la otra mano.
4. Volver del revés y quitar el guante del todo.
5. Acabar de quitar el primer guante.
6. Desechar los guantes de forma apropiada.
7. Lavarse las manos.

**empresa prevenida  
vale por más.**

SERVICIO DE PREVENCIÓN, S.L.U.



**MAS**  
PREVENCIÓN

# La UPRL informa

## LAVADO HIGIÉNICO DE MANOS CON AGUA Y JABÓN



1 Humedecer las manos con agua



2 Aplicar suficiente jabón para cubrir la superficie de ambas manos



3 Frotar las palmas de las manos entre sí



4 Frotar la palma derecha sobre el dorso de la izquierda, entrelazando los dedos y viceversa



5 Frotar palma contra palma, entrelazando los dedos



6 Frotar el dorso de los dedos contra la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos



7 Frotar con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo atrapándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa



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



9 Enjuagarse las manos con agua



10 Secarse con una toalla de un solo uso



11 Utilice la toalla para cerrar el grifo



12 Las manos ya son seguras

Fuente: Organización Mundial de la Salud

El lavado de manos debe realizarse al comenzar y terminar la jornada, y después de quitarse los guantes de protección.

El proceso debe durar **40-60 segundos**.

empresa prevenida  
vale por más.

SERVICIO DE PREVENCIÓN, S.L.U.



**MAS**  
PREVENCIÓN

# La UPRL informa

Con el fin de evitar sufrir dermatitis irritativa, como consecuencia de un lavado frecuente de manos, se recomienda adoptar las siguientes medidas:

- ❖ Cubrir heridas y lesiones de las manos con apósito impermeable al iniciar la actividad laboral.
- ❖ Lavarse las manos con agua fría. El uso de agua caliente aumenta el riesgo de dermatitis.
- ❖ Aclararse bien las manos.
- ❖ Secarse totalmente las manos, especialmente entre los pliegues interdigitales.
- ❖ Aplicar lociones o cremas al final de la jornada con el fin de aumentar la hidratación y prevenir la irritación.

