

La UPRL informa

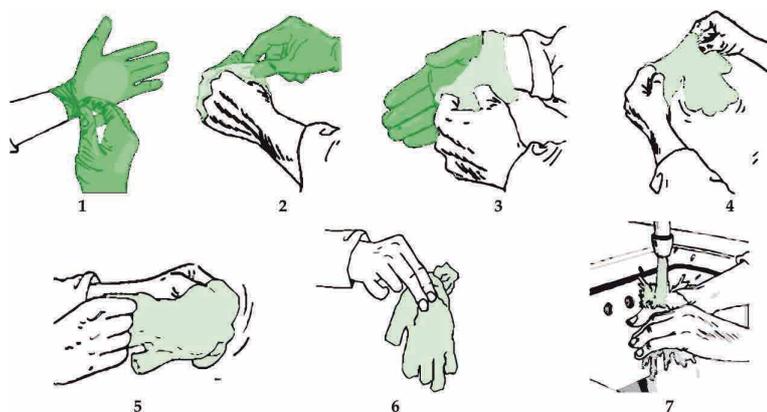


MEDIDAS HIGIÉNICAS UNIVERSALES: RETIRADA ASÉPTICA DE GUANTES DE PROTECCIÓN Y LAVADO DE MANOS.

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.

