



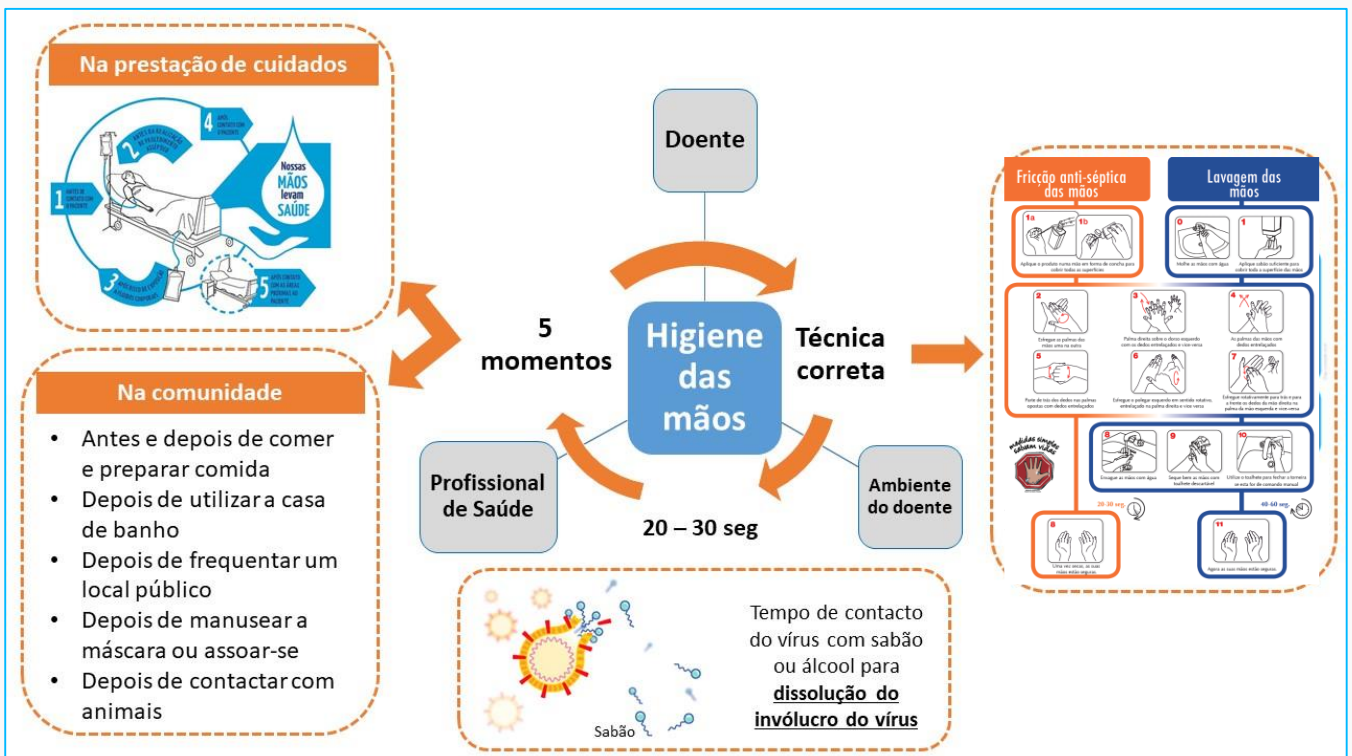
Dia Mundial da Higiene das Mãos 2021

Comemoração do Dia Mundial de Higiene das mãos - 5 de maio Pandemia de COVID-19

EDITORIAL

No dia 5 de maio celebra-se mais uma vez o Dia Mundial da Higiene das Mãos, este ano sob o lema 'LAVE AS SUAS MÃOS— SEGUNDOS SALVAM VIDAS'.

No contexto atual de pandemia de COVID-19, salienta-se a necessidade de reforço da higiene das mãos, quer no âmbito da prestação de cuidados de saúde, quer no âmbito comunitário.





FACTOS

A evidência científica largamente demonstrou que a higiene das mãos apropriada é a atitude mais eficaz na prevenção de infeção.

- ☞ Higiene das mãos apropriada previne até 50% das infeções associadas aos cuidados de saúde;
- ☞ É uma medida chave para a prevenção da transmissão de infeção por SARS-CoV-2 entre doentes e profissionais de saúde e para uma vacinação contra COVID-19 segura;
- ☞ A formação e informação da comunidade sobre como e quando realizar higiene das mãos:
 - ☞ Reduziria as infeções gastrointestinais na população geral em 23-40%;
 - ☞ Reduziria as infeções respiratórias na população geral em 16-21%;
 - ☞ Ao reduzir o nº de infeções gastrointestinais e respiratórias da população, reduz o consumo inapropriado de antimicrobianos e, conseqüentemente, a resistência aos mesmos.



LAVE AS SUAS MÃOS

Por um mundo mais seguro e livre de infeção

FORMAÇÃO (acesso livre):

- ☞ Curso Online Higiene das Mãos na Prevenção de Infeções—DGS (<https://www.nau.edu.pt/curso/higiene-das-maos-na-prevencao-de-infecoese/>)
- ☞ WHO *guidelines on hand hygiene in health care: a summary*

Verdadeiro e Falso

- ☞ Lavar as mãos com água e sabão é mais eficaz que higienizar as mãos com SABA - **FALSO**
- ☞ Quando as mãos estão visivelmente sujas ou após contacto com produtos biológicos deve ser preferida lavagem das mãos com água e sabão - **VERDADE**
- ☞ Usar luvas dispensa a higiene das mãos - **FALSO**
- ☞ As áreas mais esquecidas na higiene das mãos são: polegares, pontas dos dedos, zona interdigital, dorso das mãos - **VERDADE**
- ☞ A temperatura da água influencia a eficácia da lavagem das mãos - **FALSO**
- ☞ Na lavagem das mãos devo utilizar água fria para prevenir dermatites - **VERDADE**
- ☞ O tipo de sabão (ex: com ou sem antisséptico) influencia a eficácia da lavagem das mãos - **FALSO**
- ☞ Os microrganismos que contaminam anéis, verniz ou aplicações de unhas não são eficazmente eliminados pela água e sabão ou SABA - **VERDADE**
- ☞ Se aplicar maior quantidade de sabão ou SABA posso encurtar o processo de higienização das mãos - **FALSO**
- ☞ A hidratação da pele nos momentos de pausa é fundamental para garantir a integridade da pele - **VERDADE**

