

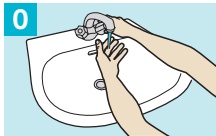
Higiene de manos

“Unas manos limpias son manos más seguras”

Una buena higiene de manos es esencial en el cateterismo intermitente para evitar el riesgo de contraer una infección del tracto urinario.

La técnica de higiene de manos se puede aplicar al lavarse las manos con agua y jabón, así como cuando se usa un gel bactericida con alcohol. A continuación, se indican las instrucciones para la higiene de manos cuando se lavan con agua y jabón.

Técnica de lavado de manos con agua y jabón¹



0
Mójese las manos con agua.



1
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir toda la superficie de las manos.



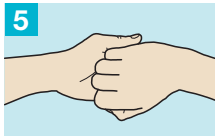
2
Frótese las palmas de las manos entre sí.



3
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



4
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



5
Frótese el dorso de los dedos de la mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



6
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo atrapándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.



7
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



8
Enjuáguese las manos con agua.



9
Séqueselas con una toalla de un solo uso.



10
Cierre el grifo con la toalla.



11
Sus manos ahora están limpias y seguras.

Based on the 'How to Handwash', URL: http://www.who.int/gpsc/5may/How_To_HandWash_Poster.pdf. © World Health Organization 2009. All rights reserved.

1. World Health Organization. WHO guidelines on hand hygiene in health care. WHO Press, Geneva, Switzerland. 2009.

Ostomy Care / Continence Care / Wound & Skin Care / Urology Care

Todos los derechos reservados por Coloplast Productos Médicos, S. A.
Condesa de Venadito 5, 4ª planta - 28027 Madrid, España.

www.coloplast.es Coloplast es una marca registrada de Coloplast A/S. © 2017/09 - E592

 **Coloplast**