



## Perguntas e Respostas Higiene das Mãos

### 1. O que é Higienização das Mãos?

É a medida individual mais simples para prevenir a propagação das infecções relacionadas à assistência à saúde (IRAS). O termo engloba a higienização simples, a higienização antisséptica, a fricção antisséptica e a antisepsia cirúrgica das mãos.

### 2. Por que realizar a higienização das mãos?

As mãos constituem a principal via de transmissão de microrganismos durante a assistência prestada aos pacientes, pois a pele é um possível reservatório de diversos microrganismos, que podem se transferir de uma superfície para outra, por meio de contato direto (pele com pele), ou indireto, através do contato com objetos e superfícies contaminados.

### 3. Qual produto é melhor na higienização das mãos? Álcool em Gel ou Água e Sabão?

Os dois produtos são eficazes na higienização das mãos. A utilização de um determinado produto depende das indicações.

#### USO DE ÁGUA E SABÃO

- Quando as mãos estiverem visivelmente sujas ou contaminadas com sangue e outros fluidos corporais.
- Quando a exposição a potenciais organismos formadores de esporos é fortemente suspeita ou comprovada;
- Após ir ao banheiro;
- Antes e depois das refeições;
- Antes de preparo de alimentos;
- Antes de preparo e manipulação de medicamentos;

#### USO DE PREPARAÇÃO ALCOÓLICA

Higienizar as mãos com preparação alcoólica quando estas não estiverem visivelmente sujas. Na assistência seguir a indicação dos 05 momentos preconizados pela Organização Mundial da Saúde (1. Antes de tocar o paciente; 2. Antes de realizar procedimento limpo/asséptico; 3. Após o risco de exposição a fluidos corporais; 4. Após tocar o paciente; 5. Após tocar as superfícies próximas ao paciente). Quando a preparação alcoólica estiver disponível, deve ser adotada como produto de escolha para a antisepsia rotineira das mãos.

### 4. Qual estrutura é necessária para aumentar a adesão a Higienização das Mãos?

Para uma análise completa da estrutura de unidades assistenciais é preciso:

- Pias ou lavatórios com comandos que dispensem o contato das mãos no fechamento da água;



- Dispensadores de sabão líquido e antissépticos abastecidos com produtos registrados na ANVISA;
- Papel-Toalha disponível no ponto de uso para secagem das mãos, é contraindicado o uso de toalhas de tecido;
- Lixeira com tampa para descarte do papel-toalha;
- Dispensadores de agentes antissépticos como por exemplo o álcool em gel.

Para uma avaliação detalhada sobre a estrutura de unidades para a higienização das mãos acesso o questionário da ANVISA: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/centraisdeconteudo/publicacoes/servicosdesaude/publicacoes/anexo-5-questinario-sobre-estrutura.pdf>

### 5. Como realizar a Higienização da Mãos?

Os passos para uma higienização das mãos eficaz devem seguir as recomendações da ANVISA:

## Como fazer a fricção das mãos com preparação alcoólica?

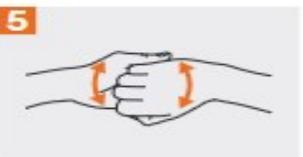
**FRICIONE AS MÃOS PARA A HIGIENE DAS MÃOS!  
LAVE AS MÃOS QUANDO ELAS ESTIVEREM VISIVELMENTE SUJAS**

**⌚ Duração de todo o procedimento: 20-30 segundos**

**1a**  **1b**  **2** 

Aplique uma quantidade suficiente do produto em uma mão em concha, cobrindo toda a superfície;

Friccione as palmas das mãos entre si;

**3**  **4**  **5** 

Friccione a palma direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos, e vice-versa;

Friccione as palmas entre si com os dedos entrelaçados;

Friccione o dorso dos dedos de uma mão na palma da mão oposta;

**6**  **7**  **8** 

Friccione em movimento circular o polegar esquerdo com auxílio da palma da mão direita e vice-versa;

Friccione em movimento circular as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, e vice-versa;

Quando estiverem secas, suas mãos estão seguras.



Núcleo Municipal de Controle de Infecção Hospitalar  
Divisão de Vigilância Epidemiológica  
Coordenadoria de Vigilância em Saúde

## Como higienizar as mãos com água e sabonete?

LAVE AS MÃOS QUANDO ELAS ESTIVEREM VISIVELMENTE SUJAS!  
CASO CONTRÁRIO, FRICIONE AS MÃOS COM PREPARAÇÃO ALCOÓLICA

**Duração de todo o procedimento: 40-60 segundos**

 <p><b>0</b></p>	 <p><b>1</b></p>	 <p><b>2</b></p>
<p>Molhe as mãos com água;</p>	<p>Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete (líquido ou espuma) para cobrir todas as superfícies das mãos;</p>	<p>Fricione as palmas das mãos entre si;</p>
 <p><b>3</b></p>	 <p><b>4</b></p>	 <p><b>5</b></p>
<p>Fricione a palma direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos, e vice-versa;</p>	<p>Fricione as palmas entre si com os dedos entrelaçados;</p>	<p>Fricione o dorso dos dedos de uma mão na palma da mão oposta;</p>
 <p><b>6</b></p>	 <p><b>7</b></p>	 <p><b>8</b></p>
<p>Fricione em movimento circular o polegar esquerdo com auxílio da palma da mão direita e vice-versa;</p>	<p>Fricione em movimento circular as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma esquerda, e vice-versa;</p>	<p>Enxague bem as mãos com água;</p>
 <p><b>9</b></p>	 <p><b>10</b></p>	 <p><b>11</b></p>
<p>Seque rigorosamente as mãos com papel toalha descartável;</p>	<p>No caso de torneira com fechamento manual, use a toalha para fechar a torneira;</p>	<p>Agora, suas mãos estão seguras.</p>

Para mais informações acesse: <https://www.gov.br/anvisa/pt-br/assuntos/servicosdesaude/prevencao-e-controle-de-infeccao-e-resistencia-microbiana/higienizacao-das-maos-1>



CIDADE DE  
SÃO PAULO  
SAÚDE

Coordenadoria de Vigilância em Saúde - COVISA

Rua General Jardim, 36 - República - São Paulo - SP - CEP 01223-012

[www.prefeitura.sp.gov.br/covisa](http://www.prefeitura.sp.gov.br/covisa)