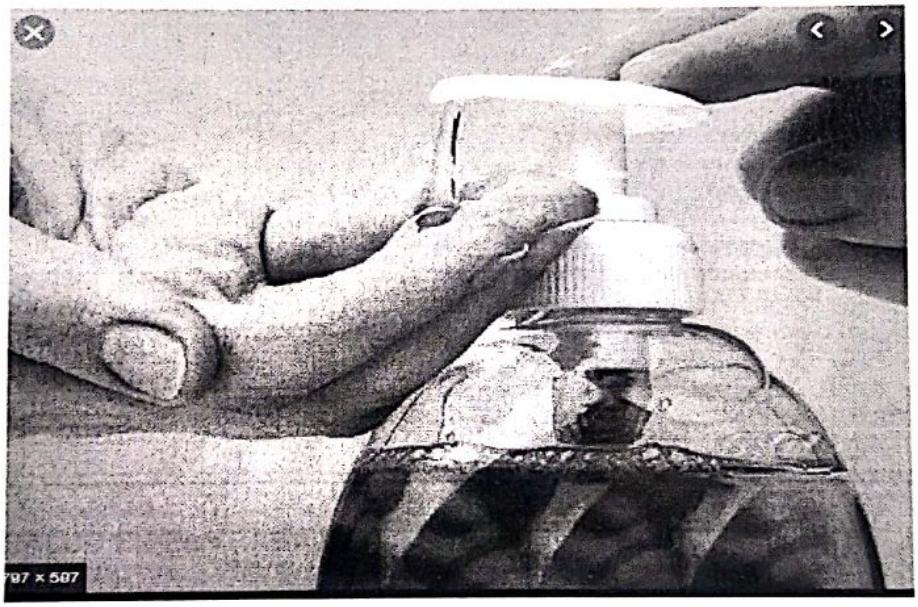
CAFETERIA LO RICO DE DOÑA FABI	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	Código: CRF-SST-PTA-F-001	
		Versión:	1
	PLAN DE TRABAJO ANUAL	Fecha:	08/02/2019
	FORMATO: ACTA CAPACITACION	Página 1 de 4	

AREA SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	FECHA: ___/11/2019
TEMA	LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE MANOS

LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE MANOS



La higiene de manos es fundamental para prevenir cualquier contagio de enfermedades. Ya sea en la industria alimentaria, en la atención sanitaria, etc.

Todos poseemos microorganismos en nuestra piel y nuestras manos, que nos ayudan a mantenernos sanos (flora residente). Además de los microorganismos que normalmente están presentes en nuestra piel también vamos recogiendo microorganismos de otras personas, de objetos o del entorno, a través del contacto con ellos (flora contaminante o no colonizante), que suelen ser los causantes de la mayoría de infecciones.

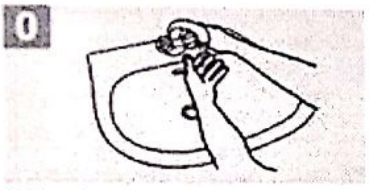
Por lo que la mejor forma de evitar cualquier tipo de propagación de infecciones es lavándose las manos o desinfectarlas.

La OMS recomienda dos formas de descontaminación para las manos, la tradicional con agua y jabón y la higiene a través de la utilización de geles, soluciones, jabones desinfectantes y antisépticos.

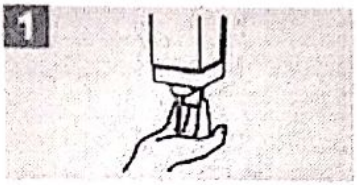
Scanned by CamScanner

¿Cómo lavarse las manos?

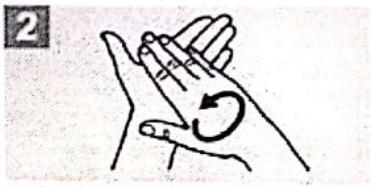
Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



Mójese las manos con agua;



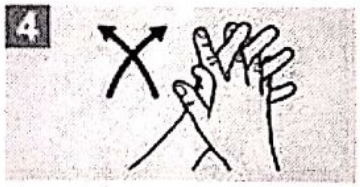
Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



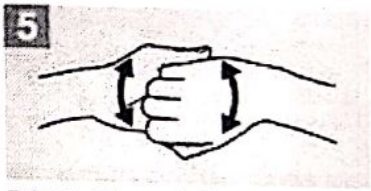
Frótese las palmas de las manos entre sí;



Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



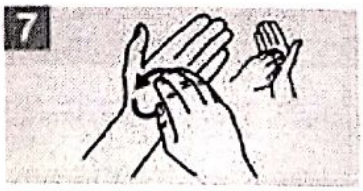
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



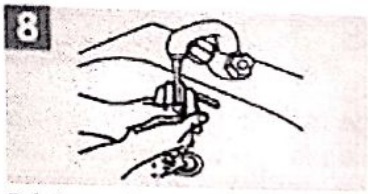
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



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



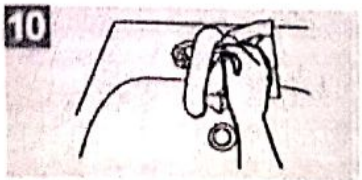
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



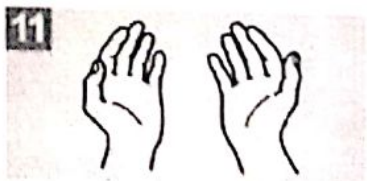
Enjuáguese las manos con agua;



Séquese con una toalla desechable;



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo;



Sus manos son seguras.

Organización Mundial de la Salud | Seguridad del Paciente | SAVE LIVES Clean Your Hands

Scanned by CamScanner

¿Cómo desinfectarse las manos?

¡Desinféctese las manos por higiene! Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias

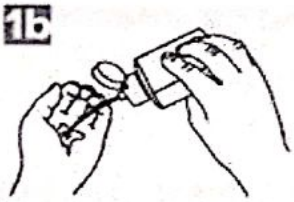
Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos

1a

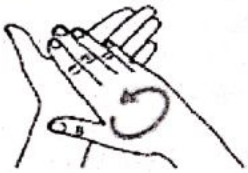


Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;

1b

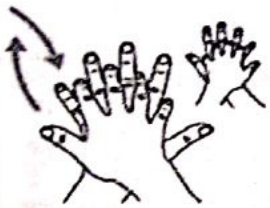


2



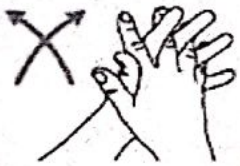
Frótese las palmas de las manos entre sí;

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 una 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



Una vez secas, sus manos son seguras.

Organización Mundial de la Salud | Seguridad del Paciente | SAVE LIVES Clean Your Hands

Scanned by CamScanner

Entre los **beneficios del lavado de mano se encuentran**:

1. Reducir casi a la mitad la incidencia de la diarrea
2. Disminuir la tasa de infecciones respiratorias
3. Minimizar la incidencia de enfermedades cutáneas, de infecciones a los ojos como tracoma y de infecciones intestinales parasitarias como ascariasis y trichuriasis (Global Handwashing Partnership, 2008). Estas complicaciones son causadas por la flora microbiana transitoria de la piel (completamente distinta a la flora residente no patógena) que contamina las manos por el contacto con los objetos cotidianos, secreciones y material fecal. Entre estos microorganismos patógenos se pueden mencionar a *Escherichia coli, Salmonella* spp., *Shigella* spp., *Clostridium perfringens, Giardia lamblia*, huevos de *Taenia*, Norovirus, virus de la hepatitis A, entre otros (Hernandez, 2003).

Para **maximizar la efectividad del lavado de manos** se deben tomar en cuenta algunas recomendaciones, empezando con una duración de al menos 15 segundos. El usar una cantidad adecuada de jabón y abundante agua, secarse con toallas de papel desechables usando esta para cerrar la llave y evitar la exposición repetida de agua caliente por el riesgo de desarrollar dermatitis, son igualmente factores importantes para un correcto proceder (Centers for Disease Control and Prevention, 2002).

Los pasos para una técnica correcta de lavado de manos según la Organización Mundial de la Salud son:

- Mojarse las manos
- Aplicar suficiente jabón para cubrir toda la mano
- Frotar las palmas entre si
- Frotar la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa
- Frotar las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados
- Frotar el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, manteniendo unidos los dedos
- Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frotarlo con un movimiento de rotación, y viceversa.
- Frotar la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.
- Enjuagar las manos.
- Secarlas con una toalla de un solo uso.
- Utilizar la toalla para cerrar el grifo.

Luisa Maria Ruiz G.
CC. 1.105.334.454

CAPACITADOR
LUISA MARIA RUIZ G.
ASESOR SST

Scanned by CamScanner

CAFETERIA LO RICO DE DOÑA FABI	SEGURIDAD Y SALUD EN EL TRABAJO	CODIGO: SST-CC-FA-F001	
	CONTROL DE CAPACITACIONES	VERSION:	1
	FORMATO: ASISTENCIA	FECHA:	05/02/2019
		PAGINA 1 DE 1	

NOMBRE DE LA CAPACITACION O ACTIVIDAD: LIMPIEZA Y DESINFECCIÓN DE MANOS **FECHA:** NOV-2019

ITEM	NOMBRE Y APELLIDO	IDENTIFICACIÓN	CARGO	CORREO ELECTRONICO	FIRMA
1	Deborda Sierra M.	36173472.	Rep. Legal		Deborda Sierra
2	Asabel Cocora	36151294.	Empleada		Asabel Cocora.
3					
4					
5					
6					
7					
8					

Scanned by CamScanner