	GESTION INTEGRAL	Versión
		1
	GUIA DE LAVADO DE MANOS	Fecha
		09-04-2020

	NOMBRE	CARGO	FIRMA
Elaboró	Nidia Acevedo	Inspector de HSEQ	
Revisó	Juliana Cardenas	Medico	
Aprobó	Miguel Angel Nuñez	Coordinador HSEQ	

CONTROL DE CAMBIOS.

VERSION	FECHA	DESCRIPCIÓN
1	09-04-2020	Edición inicial del documento

1. Objetivo


El objetivo de este documento es describir la técnica para un correcto lavado de manos teniendo en cuenta frecuencia (2 horas) y duración (40 segundos min), que se debe realizar durante toda la jornada laboral, antes y después de iniciar actividades o consumo de alimentos dentro y fuera de las instalaciones de Termoyopal.

2. Alcance

Este documentó tiene alcance a todos los empleados del Grupo Termoyopal, visitantes y contratistas y demás partes interesadas que se relacionan con la empresa.

3. Introducción

La higiene de manos es el método más efectivo para la prevención en la transferencia de microorganismos entre el personal y pacientes, así como en la prevención de la transmisión de

	GESTION INTEGRAL	Versión
		1
	GUIA DE LAVADO DE MANOS	Fecha
		09-04-2020

infecciones relacionadas con la atención sanitaria. Su finalidad es la eliminación de la suciedad, la materia orgánica, la flora transitoria y la flora residente datos avalados por evidencia, dado que existen numerosos estudios científicos que demuestran su importancia en la prevención de infecciones.

Siendo esto vital para mantener al virus alejado (COVID 19), se recomienda que el lavado de manos debe tener duración de **40 a 60 segundos** con agua y jabón, con alcohol tiene duración de **20 – 30 segundos**, procedimiento se debe realizar cada **2 horas**.

4. Momentos para higiene de manos

- i. Ingreso y salida de empresa.
- ii. Antes y después de cada actividad, incluyendo alimentación.
- iii. Después de estar en contacto con una persona.
- iv. Después de estornudar o toser.
- v. Cada dos horas independientemente de la actividad.


5. Precauciones

- i. Retirar elementos como anillos, reloj, que obstaculizan la limpieza y sirven como reservorio de microorganismos.
- ii. Utilizar jabón desinfectante.

6. Técnica adecuada de lavado de manos

Moja las manos con agua y aplica una cantidad suficiente de jabón en palma de mano.

1. Humedezca las manos con abundante agua.
2. Aplicar suficiente jabón en palmas.
3. Frotar las palmas de las manos entre sí, hasta que se observe formación de espuma jabonosa.
4. Frotar mano derecho sobre dorso de mano izquierda, entrelazando los dedos y viceversa.

	GESTION INTEGRAL	Versión
		1
	GUIA DE LAVADO DE MANOS	Fecha
		09-04-2020

5. Frota palma con 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, se debe realizar sin devolverse.
8. Frotar la punta de los dedos de la mano derecha contra la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.
9. Agarrar y frotar muñeca izquierda con palma de mano derecha, haciendo movimiento de rotación y viceversa.
10. Enjuagarse las manos con abundante agua, retirando exceso de jabón.
11. Secarse las manos con una toalla de un solo uso.
12. Utilice la toalla con la que se secó para cerrar el grifo de la llave.
13. Una vez realizado el lavado de manos estas ya se encuentran limpias y seguras.

¿Cómo lavarse las manos?

 Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



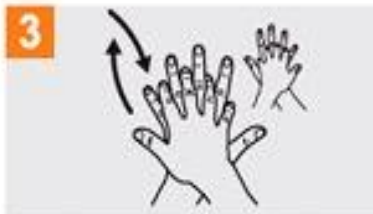
0 Mójese las manos con agua;



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



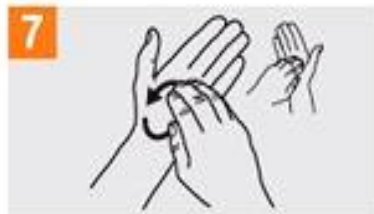
4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5 Frótese el dorso de los dedos de 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;



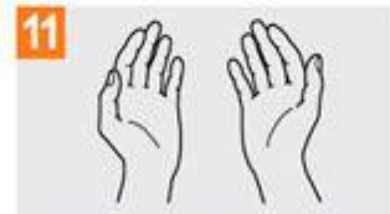
8 Enjuáguese las manos con agua;




9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sírvese de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

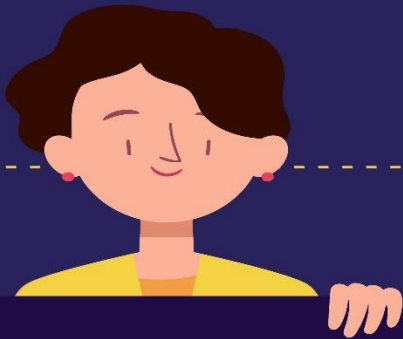
	GESTION INTEGRAL	Versión
		1
	GUIA DE LAVADO DE MANOS	Fecha
		09-04-2020



La salud es de todos

Minsalud

La mejor prevención está en tus manos.



¡Recuerda!

Si todos nos lavamos las manos frecuentemente, podemos reducir **hasta el 50%** de los casos de las infecciones respiratorias, incluyendo **Coronavirus COVID-19**.



Duración de todo el procedimiento: 20 - 30 segundos



1. Deposita en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.



2. Frota las palmas de las manos entre sí.



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



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



5. Frota el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándote los dedos.



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



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



8. Tus manos son seguras.

¿Cuándo lavarte las manos?

- ▶ Cada vez que llegues de la calle.
- ▶ Cada vez que salgas de una reunión.
- ▶ Antes de tocarte la cara.