

## LAVAGEM E DESINFECÇÃO DAS MÃOS

As mãos são o principal veículo de transmissão dos microrganismos de um indivíduo para outro. Assim sendo, **a lavagem das mãos é a principal medida de controlo da infecção nosocomial.**

### Introdução:

A pele das mãos tem dois tipos de flora microbiana:

- I - Flora transitória
- II - Flora residente

#### I

A flora transitória fica localizada na superfície da pele e é formada por microrganismos que adquirimos no contacto com o ambiente quer seja animado ou inanimado. Qualquer tipo de microrganismo pode ser encontrado transitoriamente nas mãos, apesar de ser mais comum encontrar bacilos Gram negativo (p.ex. *Escherichia coli* e *Pseudomonas*) e cocos Gram positivo (p.ex. *Staphylococcus*) – os agentes bacterianos mais frequentemente causadores de infecção hospitalar. Têm um curto tempo de sobrevivência, um elevado potencial patogénico e são facilmente transmitidos por contacto. A lavagem das mãos com sabão simples remove-os com facilidade.

#### II

A flora residente existe normalmente na epiderme onde se multiplica, tendo funções importantes de prevenção da colonização com a flora transitória. Aquela flora é constituída principalmente por bacilos e cocos Gram positivo e anaeróbios. Raramente causa doença a não ser quando introduzida traumáticamente nos tecidos ultrapassando as barreiras naturais, pelo que tem pouco significado nos procedimentos clínicos de rotina. Estes microrganismos não são facilmente removidos pela acção mecânica da lavagem das mãos sendo necessário recorrer à acção química de um anti-séptico associado ou não ao agente de lavagem.

## 1. Lavagem das mãos

É a remoção da sujidade e da maior parte da flora transitória das mãos reduzindo-a a níveis baixos que não constituam risco de transmissão.

### Quando se devem lavar as mãos?

De um modo geral as mãos devem ser lavadas antes e após contacto com os doentes ou após contacto com materiais contaminados. Há no entanto situações, em que, devido aos elevados riscos de adquirir ou transmitir microrganismos patogénicos, a lavagem das mãos se torna imprescindível :

- ⇒ Antes de prestar cuidados a doentes cujas barreiras naturais contra a infecção estejam comprometidas (p. ex. doentes com drenos, catéteres, etc.)
- ⇒ Antes de prestar cuidados a doentes particularmente debilitados.
- ⇒ Antes de manipular alimentos, medicamentos ou material esterilizado.
- ⇒ Após ocorrer contaminação das mãos com fluidos orgânicos.
- ⇒ Após manipular roupa suja ou materiais contaminados.
- ⇒ Após utilizar os sanitários.
- ⇒ Após remover as luvas - as mãos são muitas vezes contaminadas ao retirá-las e são frequentes as perfurações imperceptíveis.

### Como se devem lavar as mãos?

- ⇒ Utilizar sabão líquido com pH idêntico ao da pele, de preferência sem adição de perfumes (o sabão sólido é difícil de manter livre de contaminação em ambiente hospitalar) ;
- ⇒ Molhar as mãos e aplicar o sabão (ver quadro 1) de modo a obter espuma;
- ⇒ Friccionar durante 10 a 15 segundos tendo o cuidado de abranger todas as áreas das mãos (ver fig. 1);
- ⇒ Passar por água até retirar toda a espuma;
- ⇒ Secar bem em toalhetes de utilização única.

Se a torneira for accionada manualmente deve utilizar-se o toalhete com que se limpou as mãos para a fechar, evitando assim a recontaminação destas.

Devem lavar-se os doseadores do sabão líquido entre cada mudança de frasco e mantê-los secos se não forem para uso imediato.

### 1.1. Alternativa à lavagem das mãos

Em situações em que as **mãos** se encontrem **visivelmente limpas** pode optar-se pela utilização de um soluto alcoólico (ver quadro 1) em vez de água e sabão. Foi comprovado que os solutos alcoólicos com emolientes apropriados são melhor tolerados pela pele do que as lavagens frequentes das mãos. A eficácia na redução da flora transitória é idêntica ou superior.

#### Modo de proceder:

- Aplicar nas **mãos secas** 2 a 3 ml de soluto e friccionar todas as áreas das mãos (fig. 1) durante 15 segundos.
- Deixar secar.

## 2. Desinfecção das mãos

É a remoção da flora transitória e grande parte da flora residente das mãos.

#### Quando se desinfectam as mãos?

- ⇒ Antes da execução de procedimentos invasivos.
- ⇒ Antes do contacto com doentes com imunossupressão grave.
- ⇒ Depois do contacto com doentes colonizados ou infectados por microrganismos multiresistentes .

#### Como se devem desinfectar as mãos?

Pode proceder-se de dois modos:

- Como o descrito para a lavagem das mãos utilizando um anti-séptico associado ao agente de lavagem como por exemplo clorhexidina a 4% (ver quadro 1).
- Utilizando um soluto alcoólico durante 30 segundos nas mãos limpas ou após lavagem com sabão líquido simples.

## 3. Desinfecção cirúrgica das mãos

É também uma remoção da flora transitória e redução da residente tendo em conta que nesta situação as áreas abrangidas são as **mãos e antebraços até aos cotovelos**.

A lavagem e desinfecção das unhas é um passo essencial podendo ser feita com uma **escova esterilizada** mas **apenas na primeira desinfecção das mãos** antes do programa operatório. O uso frequente de escova leva a excessiva descamação da pele, que além de a danificar, traz para a superfície os microrganismos residentes.

### Como se faz uma desinfecção cirúrgica das mãos?

Tal como na desinfecção das mãos utiliza-se um anti-séptico associado ao agente de lavagem, **ou** sabão líquido seguido de um soluto alcoólico .

⇒ No primeiro caso devem-se friccionar as mãos e antebraços durante 1,5 minutos e repetir a operação durante 1,5 minutos. Seca-se depois com toalhetes esterilizados.

⇒ No segundo caso devem lavar-se as mãos e antebraços com sabão líquido, secar com toalhete (não necessita ser estéril) e aplicar soluto alcoólico, friccionando em todas as áreas das mãos e antebraços durante pelo menos 3 minutos e deixar secar. Dar especial atenção à aplicação do soluto nas zonas sub-ungueais.

### **Uma eficaz lavagem e desinfecção das mãos implica:**

- ⇒ Unhas curtas e sem verniz.
- ⇒ Ausência de anéis, pulseiras e relógios de pulso.
- ⇒ A utilização de uma técnica que abranja toda a superfície das mãos (fig.1).

**Figura 1** - Exemplo de uma técnica correcta e lavagem sequencial das mãos.

**QUADRO 1 - PRODUTOS DISPONÍVEIS NO HSM PARA A LAVAGEM E DESINFECÇÃO DAS MÃOS**

<b>APLICAÇÃO</b>	<b>CARACTERÍSTICAS/ /COMPOSIÇÃO</b>	<b>NOME COMERCIAL E APRESENTAÇÃO</b>
Lavagem das mãos	Sabão líquido com pH 5.5, sem adição de perfumes	Baktolin ® 5.5, emb. 500 ml
Desinfecção das mãos	Clorohexidina a 4%, sol. aquosa	Manuscrub ®, emb. 500 ml
Alternativa à lavagem das mãos/desinfecção das mãos	Soluto alcoólico com emoliente	Sterillium ®, emb. 500 ml