

GOBIERNO DE NAVARRA

DESARROLLO ECONÓMICO

DERECHOS SOCIALES

HACIENDA Y POLÍTICA FINANCIERA

PRESIDENCIA, FUNCIÓN PÚBLICA,
INTERIOR Y JUSTICIA

RELACIONES CIUDADANAS E
INSTITUCIONALES

EDUCACIÓN

SALUD

CULTURA, DEPORTE Y JUVENTUD

DESARROLLO RURAL, MEDIO
AMBIENTE Y ADMINISTRACIÓN LOCAL

SEGURIDAD Y EMERGENCIAS

Salud recuerda la importancia de la higiene de manos para prevenir las infecciones en el entorno sanitario

El Día Mundial de la higiene de manos destaca que una correcta limpieza “salva vidas”

Viernes, 04 de mayo de 2018

El Departamento de Salud del Gobierno de Navarra recuerda a los y las profesionales sanitarios y a la ciudadanía en general la importancia de mantener una higiene de manos adecuada para la reducción de infecciones en el ámbito sanitario y para combatir la resistencia a los antibióticos, considerada uno de los mayores riesgos para la salud a nivel mundial.



Profesionales sanitarios han participado en un curso sobre higiene de manos.

El Departamento de Salud se suma un año más a la campaña "Salva vidas: límpiase las manos" que promueve la Organización Mundial de la Salud (OMS) con motivo del Día Mundial de la Higiene de Manos, que se celebra este sábado, 5 de mayo. Este año, la jornada pone el foco en la prevención de las infecciones graves en el ámbito sanitario, bajo el lema "Está en tus manos prevenir la sepsis en la atención sanitaria / Zure esku dago sepsiaren prebentzioa arreta sanitarioan".

Desde los servicios de Medicina Preventiva, Prevención de Riesgos Laborales y Atención Sanitaria al Paciente del Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea (SNS-O) se recuerda la importancia de los "cinco momentos" en los que se considera clave el lavado de manos por parte de los y las profesionales sanitarios: antes del contacto con cada

paciente o de iniciar una tarea aséptica; siempre después de tocar sangre, líquidos corporales, mucosas o piel del paciente; en un mismo paciente, si se pasa de una zona contaminada a otra limpia, para evitar contaminaciones cruzadas; después de tocar objetivos del paciente; e inmediatamente después de quitarse los guantes, antes de entrar en contacto con otra persona.

En el ámbito profesional, se distingue el lavado con agua y jabón higiénico (con jabón neutro) o con jabón antiséptico (con jabón con clorhexidina o povidona yodada que alarga el efecto bactericida y

fungicida, en servicios de alto riesgo o que requieran la máxima desinfección). En caso de manos visiblemente limpias, la alternativa ideal es la utilización de soluciones de base alcohólica.

Como precauciones, se recomienda cuidar las manos usando regularmente crema o loción protectora, mantener las uñas cortas y limpias, evitar el uso de joyas, no usar agua caliente por peligro de dermatitis, no efectuar trasvases de jabones ni rellenar envases y asegurarse de que las manos están bien secas antes de colocarse los guantes. Se recuerda además que el uso de guantes no reemplaza la higiene de manos y que utilización de soluciones de base alcohólica no es apropiada cuando las manos están visiblemente sucias o contaminadas, en cuyo caso es necesario usar agua y jabón.

La letalidad al alta hospitalaria de pacientes con sepsis baja 7 puntos desde 2014

La recientemente actualizada [Estrategia de Seguridad del Paciente del Sistema Nacional de Salud \(SNS\) para el periodo 2015-2020](#) incluye entre sus objetivos "mantener y fomentar la expansión del programa de higiene de manos del Sistema Nacional de Salud a todos los centros

asistenciales así como "promover estrategias de prevención, identificación y tratamiento temprano de la sepsis".

La sepsis es una respuesta descompensada del sistema inmune a una infección que puede causar un fallo en uno o varios órganos e incluso la muerte. Se considera un problema de salud pública, ya que es una de las patologías más frecuentes y una de las principales causas de defunción. Cada año afecta a 360 casos por cada 100.000 habitantes, al mismo nivel o superior que el infarto de miocardio o el ictus, con un aumento de casos anual de entre el 7 y el 9%. Puede afectar a cualquier persona, pero son más vulnerables aquellas con un sistema inmunitario más frágil (niños y niñas menores de dos años, lactantes y personas ancianas), pacientes con enfermedades crónicas o personas inmunodeprimidas.

Los síntomas más frecuentes son fiebre, escalofríos, frecuencia cardíaca y respiratoria altas, confusión o aparición de lesiones cutáneas. Algunos de estos síntomas son similares a los de otras afecciones, lo que dificulta el diagnóstico de la sepsis en etapas iniciales. Dos ejemplos de sepsis son algunos tipos de neumonía o la meningitis.

Desde 2014, la letalidad al alta hospitalaria de pacientes navarros con sepsis ha descendido siete puntos, del 30,2% al 23% de 2017, pese a haberse incrementado un 40% el número de casos diagnosticados (de 723 a 1.005). El Servicio Navarro de Salud-Osasunbidea cuenta con sendos protocolos de actuación para el diagnóstico y tratamiento precoz de pacientes con sepsis: una guía para intervención en [personas adultas](#) y su adaptación para [pacientes pediátricos](#), ambas integradas en el llamado Código Sepsis, un protocolo de asistencia integrado en la Estrategia de Atención a las Urgencias Tiempo Dependientes. Ambos

protocolos hacen especial hincapié en la importancia de la prevención y la rapidez en el diagnóstico, ya que la identificación temprana de la sepsis y la administración precoz del tratamiento adecuado disminuye significativamente la mortalidad.

La higiene de manos y el uso correcto de guantes por parte de profesionales de la salud destaca entre las primeras recomendaciones en las que hacen hincapié los protocolos de sepsis. El SNS-O viene incidiendo desde hace años en la importancia del lavado de manos en el ámbito sanitario, con acciones de sensibilización y cursos de formación para profesionales y de formación de formadores, impulsados desde el Servicio de Medicina Preventiva. Con motivo del Día Mundial, se ha distribuido cartelería y folletos



Usar solamente agua para lavarse o no secarse, errores que reducen la eficacia del lavado.

informativos en los centros sanitarios y algunos de ellos realizarán actividades en torno a la higiene de manos estos días.

Recomendaciones para la población general

El Departamento de Salud hace extensiva la recomendación de mantener una adecuada higiene de manos al resto de la población, tanto en su contacto con espacios sanitarios como en su rutina diaria. Mantener una correcta higiene de manos está considerada la medida de prevención más simple y eficaz para evitar infecciones, dada su fácil aplicación y bajo coste. Cabe destacar que evitar la propagación de infecciones reduce la necesidad de recurrir a antibióticos para tratarlas, lo que a su vez contribuye a frenar la generación de microorganismos multirresistentes a estos medicamentos. De ahí la relación directa que se establece entre el lavado de manos y la reducción de la resistencia a estos fármacos.

En el ámbito hospitalario, se recomienda a la ciudadanía la higiene de manos al entrar y salir de ver a una persona ingresada, antes y después de ayudar al paciente en su higiene diaria o a darle de comer y antes y después de tocar una herida, apósito o vendaje, así como tras entrar en contacto con sangre, orina u otros fluidos de personas convalecientes.

Una correcta higiene de manos reduce considerablemente la posibilidad de contagio de diarreas e infecciones respiratorias. Como rutina diaria, la recomendación general es lavarse con frecuencia, especialmente tras acudir al baño, antes de manipular alimentos y antes y después de tratar una herida o atender a una persona enferma. También se aconseja el lavado de manos después de toser, estornudar, sonarse la nariz, tocar basura, cambiar pañales, tocar animales o superficies y objetos que puedan estar contaminados (teléfonos móviles, manillas de puerta, teclados de ordenador, barandillas, interruptores, etc.).

Usar solamente agua para lavarse o no secarse bien son errores que reducen la eficacia del lavado de manos. Para un lavado correcto, se recomienda usar agua tibia y jabón, preferiblemente líquido, que se considera menos contaminable que el jabón en pastilla, en el que es más fácil la acumulación de humedad y microorganismos. Se debe lavar a fondo toda la superficie de las manos incluyendo muñecas, palmas, dorso, dedos, así como cepillar bien debajo de las uñas. Se aconseja frotar las manos enjabonadas durante al menos 15 segundos, enjuagar bien y secar utilizando una toalla de papel desechable, un secador de aire o una toalla de tela (solo en el hogar particular). Se recomienda no usar agua excesivamente caliente, para evitar irritaciones y quemaduras, y mantener las uñas bien cortadas y limpias.