Carte intestata

L’ IGIENE DELLE MANI

La pratica dell’igiene delle mani **ha l’obiettivo di eliminare rapidamente** la flora batterica transitoria e per quanto possibile quella resistente.

Per raggiungere l’obiettivo occorre effettuare la buona pratica prevista dalla tipologia di decontaminazione delle mani che viene scelta (acqua o detersione alcoolica), che possono risultare ambivalenti rispetto alla loro efficacia; stante la condizione pandemica in atto, è consigliato non indossare anelli, braccialetti, unghie artificiali, è meglio non avere smalti di alcun genere e tenere le unghie più corte possibili. Questo perché si ha un incremento del numero di microorganismi presenti sulle mani: nel proseguo vengono dettagliate le varie procedure per le quali in allegato vengono forniti i relativi poster esplicativi

Le principali tecniche quindi sono:

**Lavaggio per ottenere pulizia e igiene minima**: ha lo scopo di eliminare lo sporco visibile e rimuovere i patogeni, con l’aiuto di acqua e sapone detergente, possibilmente liquido. E’ necessario lavare le mani quando sono visibilmente sporche, *dopo l’uso dei servizi igienici, prima di preparare o servire alimenti, prima e dopo avere mangiato, prima e dopo avere indossato i guanti monouso*. Per una corretta esecuzione occorre:

1. **Aprire il rubinetto**
2. **Bagnare uniformemente le mani e i polsi con acqua tiepida**
3. **Applicare una dose di sapone sul palmo della mano e insaponare uniformemente mani e polsi con sapone liquido da dispenser**
4. **Dopo avere insaponato per almeno 15 secondi sciacquare abbondantemente**
5. **Asciugare con asciugamani mono uso in tela o carta assorbente fino ad eliminare l’umidità residua**
6. **Chiudere il rubinetto dell’acqua senza contatto con le mani.**

**Lavaggio per eliminare la flora batterica**: ha lo scopo di eliminare i germi patogeni sulle mani, con uso di acqua e detergenti contenenti un agente antisettico, soluzioni al 60-80% di alcool, associato a sostanze emollienti ed umidificanti, in grado di proteggere la cute delle mani. I prodotti possono essere in gel, liquidi o in schiuma e non vanno usati su cute lesa o ferite e in presenza di fiamme. Per eseguire la frizione alcolica non serve l’acqua e deve durare almeno 30-40 secondi fino a completa asciugatura, non è opportuno l’uso contemporaneo di frizioni alcoliche e sapone antisettico. **La temperatura dell’acqua consigliata è di 37 °C**, poiché alle temperature inferiori si ha una vaso costrizione e un restringimento dei pori che impediscono la penetrazione dell’antisettico; temperature superiori possono provocare irritazione cutanea nonché il passaggio in superficie di germi residenti in profondità. In caso di accidentale contatto con superfici o oggetti non sterili durante il lavaggio delle mani, è indispensabile ripetere la procedura allungando di un minuto la detersione della parte contaminata.