



Dia Mundial de Higienização das Mãos
05 de maio

Dia Nacional do Controle da Infecção Hospitalar
15 de maio

Secretaria de
Saúde



GOVERNO DE
BRASÍLIA

ESTA CARTILHA DESTINA-SE A ACOMPANHANTES E PACIENTES.

Infecção Hospitalar

Medidas para prevenir as infecções
relacionadas à assistência à saúde.



A prevenção é a nossa principal meta. Esta cartilha contém informações sobre Infecção Relacionada à Assistência à Saúde – IRAS, comumente chamada de Infecção Hospitalar.

O que são IRAS?

São infecções que ocorrem quando há microrganismos atuando sobre o corpo, causando uma doença. Podem ser adquiridas durante a permanência do paciente no hospital, na assistência domiciliar (*home care*), em clínicas ou consultórios.

Como ocorre?

A transmissão de infecções pode ocorrer entre pacientes, profissionais de saúde, visitantes e acompanhantes, por meio do contato das mãos, material e instrumental contaminado, secreções e compartilhamento de artigos. Existem outras formas de transmissão de infecções, como por aerossóis e gotículas no caso das doenças respiratórias – gripe e resfriados comuns, por exemplo.

Quem pode adquirir?

Algumas pessoas possuem maior risco de adquirir IRAS, pois suas defesas contra doenças estão diminuídas ou “enfraquecidas”, com baixa imunidade, principalmente em algumas situações:

- Portadores de certas doenças, tais como as de condições crônicas, AIDS, diabetes, câncer e desnutrição;
- Pacientes em uso de medicamentos imunossupressores como corticóides ou quimioterápicos, e também pacientes transplantados;
- Os extremos de idade, como idosos e crianças, principalmente bebês prematuros e com baixo peso;
- As pessoas que fazem uso de dispositivos invasivos como sondas, drenos e cateteres, que utilizaram antibióticos e as que se submeteram a procedimentos cirúrgicos, entre outras.

Etiqueta respiratória

A etiqueta respiratória é um conjunto de medidas para prevenir gripes, resfriados e outras infecções que são transmitidas por gotículas da nossa boca e nariz. Dentre elas podemos destacar:

- Higienize as mãos com água e sabonete ou álcool gel, antes das refeições, antes de tocar nos olhos, boca e nariz e após tossir, espirrar ou usar o banheiro;
- Evite tocar os olhos, nariz ou boca após contato com superfícies como maçanetas, telefones, etc;
- Proteja com lenços (preferencialmente descartáveis) a boca e nariz ao tossir ou espirrar;
- Se você está tossindo ou espirrando, cubra o nariz e a boca com o cotovelo, conforme o exemplo acima, ou fique a um metro de distância das outras pessoas;
- Evite aglomerações e ambientes fechados.



Em caso de dúvida, procure os Núcleos de Controle de Infecção Hospitalar ou Núcleos de Segurança do Paciente dos hospitais.

Na Secretaria de Saúde, nos seguintes telefones: HBDF: 3315-1212 / HMIB: 3445-7627
HRAN: 3325-4274 / HAB: 3905-4676 / HRGu: 3353-1529/ HRT: 3353-1157 / HRC: 3471-9063
HRSam: 3458-9852 / HRBZ: 3479-9749 / HRG: 3385-7356 / HRSM: 3393-8096 / HRPa: 3369-9951
HRS: 3487-9377 / HRPL: 3388-9695 / HCB: 3025-8517 / HSVP: 3451-9715 / ISM: 3399-3010.

Ouvidoria GDF – disque 160

Quer saber mais?

www.saude.df.gov.br/sobre-a-secretaria/subsecretarias/973-gerencia-de-riscos-em-servicos-de-saude-grss
www20.anvisa.gov.br/segurancadopaciente

Dê sua opinião sobre esta cartilha pelo e-mail geris.ses@gmail.com

Elaboração: Gerência de Risco em Serviços de Saúde - Divisa / SVS

Arte e diagramação: Danielle Freire - Ascom / SES

Como realizar a higienização das mãos de forma correta

Usando água e sabonete líquido ou fricção antisséptica com preparações alcoólicas.

Duração de todo o procedimento: 40 a 60 segundos.



Abriu a torneira e molhar as mãos, evitando encostar-se à pia.



Aplicar na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante).



Ensaboar as palmas das mãos, friccionando-as entre si.



Esfregar a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa.



Entrelaçar os dedos e friccionar os espaços interdigitais.



Esfregar o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos, com movimento de vai e vem e vice-versa.



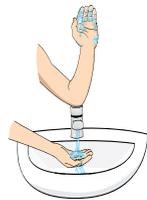
Esfregar o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda, utilizando-se movimento circular e vice-versa.



Friccionar as polpas digitais e unhas da mão esquerda contra a palma da mão direita, fechada em concha, fazendo movimento circular e vice-versa.



Esfregar o punho esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando movimento circular e vice-versa.



Enxaguar as mãos, retirando os resíduos de sabonete. Evitar contato direto das mãos ensaboadas com a torneira.



Secar as mãos com papel toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos. No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha.

Quando higienizar as mãos:

- Higienize as mãos antes e após os cuidados com o paciente;
- Higienize as mãos antes e após o contato com objetos e pertences do paciente;
- Higienize as mãos antes e após utilizar o vaso sanitário ou realizar cuidados com o próprio corpo;
- Higienize as mãos antes das refeições.

Observação: solicite que cuidadores, colaboradores e religiosos higienizem as mãos antes e depois de prestarem cuidados ao paciente. Na presença de sujidade, dê preferência ao sabonete líquido.

O que é colonização e infecção?

Colonização: é a presença de microrganismos que “moram” no corpo, sem causar doença. O corpo humano abriga naturalmente muitos microrganismos, localizados no intestino, boca, nariz e na pele, sem prejudicar a saúde. Alguns deles ainda colaboram para o bom funcionamento do organismo.

Infecção: quando um microrganismo presente no corpo gera um desequilíbrio e causa sintomas e sinais no paciente (tais como febre, mal-estar e dor; na cicatriz cirúrgica: vermelhidão e/ou pus, etc.) significa que há uma infecção. Isso pode ocorrer devido à baixa imunidade, outros fatores de risco ou devido a microrganismos patogênicos ou naturais do próprio corpo que alteraram sua forma de reagir aos antibióticos. Em locais nobres como sangue, coração, pulmão, meninges e bexiga, a presença desses microrganismos pode causar graves infecções.

O que são bactérias multirresistentes?

São tipos de microrganismos de especial atenção no meio hospitalar, pois resistem à ação de diversos tipos de antibióticos, ou seja, o medicamento que normalmente seria capaz de eliminá-los não é mais eficaz.

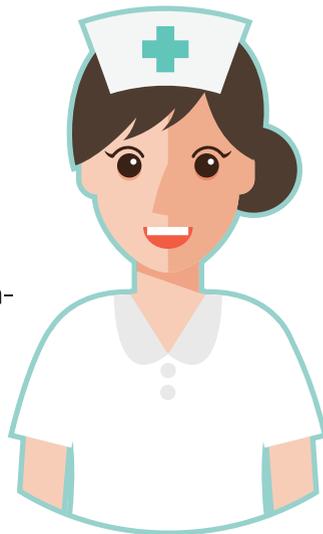
Para evitar o surgimento dessas bactérias multirresistentes, deve-se fazer uso do antibiótico apenas quando indicado pelo médico, seguindo corretamente o tempo de tratamento recomendado. Não se deve utilizar antibióticos por conta própria.

Quando um paciente está colonizado ou infectado por uma bactéria multirresistente, os profissionais de saúde, além de higienizarem as mãos, utilizam as precauções de contato, que significa o uso de luvas e capote durante o atendimento. Essas medidas evitam a transmissão de bactérias multirresistentes a outras pessoas.

Existem muitas medidas adotadas pelos profissionais de saúde para prevenir e/ou diminuir a ocorrência de infecções, mas a principal delas é a higienização das mãos com preparações alcoólicas ou com água e sabonete líquido.

O que podemos fazer para reduzir o risco de IRAS?

- Tire suas dúvidas com os profissionais de saúde;
- É importante o envolvimento do próprio paciente e de sua família no processo de tratamento;
- Higienize as mãos com água e sabonete líquido ou com álcool em gel antes e depois de tocar no paciente ou em seus pertences;
- Enquanto acompanhante, auxilie nos cuidados apenas ao seu familiar;
- Caso o paciente ao lado solicite ajuda, chame o profissional de saúde para auxiliá-lo;
- Não compartilhe objetos com outros pacientes, como escovas, aparelho de barbear, sabonetes, telefone celular, etc;
- Retire anéis, pulseiras e relógios quando for acompanhar ou visitar um paciente. Isso facilita a higienização das mãos e evita contaminação;
- Não toque nos dispositivos do paciente como tubos, sondas, cateteres, etc;
- Evite sentar na cama, pois pode ocorrer a sua contaminação ou do paciente;
- Colabore com a limpeza do ambiente hospitalar utilizando os cestos de lixo corretamente;
- Use medicamentos apenas com prescrição médica;
- Não use remédios ou pomadas em ferida cirúrgica sem a orientação do profissional de saúde;



- 
- Use a etiqueta respiratória, em caso de tosse e espirro (veja na página 07);
 - Caso venha a apresentar febre, sinal ou sintoma de alguma doença durante a internação ou após deixar o hospital, procure imediatamente o seu médico ou um serviço de saúde. Não espere ficar grave;
 - Caso esteja gripado, evite visitar seu familiar no hospital;
 - Evite levar crianças aos estabelecimentos de saúde, pois elas possuem maior risco de adquirir alguma doença;
 - Evite levar alimentos ao hospital. A dieta do paciente e do acompanhante será fornecida pelo serviço de nutrição do hospital;
 - Evite levar plantas, flores e velas ao paciente, pois podem trazer e atrair insetos que causam doenças;
 - Não leve ventilador ou similar ao paciente, pois podem disseminar doenças;
 - Quando for indicada uma cirurgia ou parto, não raspe os pelos em casa. Procure orientação do profissional de saúde;
 - Conheça e respeite as normas definidas pelo estabelecimento de saúde.

