

HIGIENIZAÇÃO DE MÃOS

A higienização de mãos não deve estar restrita aos profissionais da saúde. A educação de higiene em lavar as mãos deve ser propagada para toda a população, pois as mãos são um meio importante de transmissão de micróbios causadores de problemas de saúde como a diarreia, as conjuntivites, a gripe e outras doenças graves. No inverno, por causa das temperaturas mais frias, muitos esquecem de manter este hábito, por isso, cresce a importância da lavagem das mãos, já que neste período se transmitem as doenças em maior volume.

Devemos lavar as mãos antes de:

- Manipular, preparar ou consumir alimentos
- Tratar um corte ou ferida
- Ajudar ou cuidar de alguém que está doente
- Colocar ou retirar lentes de contato

E depois:

- De assoar o nariz, espirrar ou tossir
- Manipular alimentos crus
- Mudar a fralda
- Ir ao banheiro
- Mexer em lixo
- Contatar com animais
- Sair de hospitais e centros de saúde

Como se deve lavar as mãos:

- Use sempre sabão e água corrente (se possível água morna) ou álcool gel
- Lave todas as superfícies minuciosamente, incluindo os punhos, a palma e as costas da mão, os dedos e debaixo das unhas

Para mais informações sobre os programas de
Atenção à Saúde entre em contato

Santo Ângelo
Avenida Getúlio Vargas, 1079
Fone (55) 3313-0500.

 /unimedmissoes

www.unimedmissoes.com.br

Elaborado em 05/12/2016
Revisado em: 14/03/2019
Versão 03
DC MP08

Fontes:
<http://www.anvisa.gov.br/hotsite/higienizesuasmaos/produtos/cartaz%20sabonete.pdf>
<http://docslide.com.br/documents/folheto-de-higiene-das-maos-populacao.html>

CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.

Unimed 
Missões/RS