

Luana Lima **Santos**
Prof. Dr. Ricardo Schmitutz **Jahn**



Higienização correta das mãos: guia prático

Liga de Periodontia e Implantodontia

A medida individual mais simples e menos dispendiosa para prevenir a propagação das infecções relacionadas à assistência à saúde (ANVISA, 2007).



UNISA
Universidade Santo Amaro

Tradição que
conecta você
ao futuro

UNIVERSIDADE DE SANTO AMARO - UNISA
Curso: Odontologia
Higienização correta das mãos: guia prático

Autores:

Luana Lima Santos

Estudante do curso de Odontologia na Universidade Santo Amaro e
Vice-presidente da Liga de Periodontia e Implantodontia.

Prof. Dr. Ricardo Schmitutz Jahn

Professor da Disciplina de Periodontia na Universidade Santo Amaro e
Professor Coordenador da Liga de Periodontia e Implantodontia.

São Paulo
2025

S236h Santos, Luana Lima

Higienização correta das mãos: guia prático / Luana Lima Santos, Ricardo Schmitutz
Jahn. São Paulo: Unisa. – 2025.

1 recurso online (27 p.): il., color.

Publicação digital (*e-book*) no formato PDF.

1. Desinfecção das mãos. 2. Higienização. 3. Antissepsia. I. Jahn, Ricardo
Schmitutz. VI. Universidade Santo Amaro. VII. Título.

CDD 613.0432

Elaborada pela Bibliotecária: Janice Toledo dos Santos – CRB 8/8391

Publicação digital - Brasil
2025

ORIENTADOR



Prof. Dr. Ricardo Schmitutz Jahn

Professor da Disciplina de Periodontia na Universidade Santo Amaro e Professor Coordenador da Liga de Periodontia e Implantodontia.

AUTORA



Luana Lima Santos

Estudante do curso de Odontologia na Universidade Santo Amaro e Vice-presidente da Liga de Periodontia e Implantodontia.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO	4
Higienização das mãos.....	4
Por que fazer?.....	4
DEFINIÇÕES IMPORTANTES	5
Assepsia.....	5
Antissepsia.....	5
Desinfecção.....	5
Degermação.....	5
Esterilização.....	5
Higienização simples das mãos	6
Passo a passo.....	7
Higienização anti-séptica das mãos	14
Fricção anti-séptica das mãos (com preparações alcoólicas)	15
Passo a passo.....	16
Anti-sepsia cirúrgica ou preparo pré-operatório das mãos	18
Passo a passo.....	19
Outros aspectos da higienização das mãos	25
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS	26

INTRODUÇÃO

Higienização das mãos

É a medida individual mais simples e menos dispendiosa para prevenir a propagação das infecções relacionadas à assistência à saúde. O termo “higienização das mãos” engloba a higienização simples, a higienização antiséptica, a fricção anti-séptica e a antisepsia cirúrgica das mãos (ANVISA, 2007).

Por que fazer?

As mãos são a principal forma de transmissão de microrganismos durante o cuidado com os pacientes. Isso ocorre porque a pele pode abrigar diferentes tipos de microrganismos, que podem ser transferidos de uma superfície para outra tanto pelo contato direto (de pele com pele) quanto pelo contato indireto, por meio de objetos ou superfícies contaminadas.

A pele das mãos abriga principalmente dois tipos de microrganismos: os da microbiota residente e os da microbiota transitória. A microbiota residente é formada por microrganismos com baixa capacidade de causar doenças, como estafilococos, corinebactérias e micrococos, que raramente estão ligados à transmissão de infecções pelas mãos. Por estarem mais profundamente inseridos nas camadas internas da pele, esses microrganismos são mais difíceis de serem eliminados apenas com a lavagem das mãos usando água e sabão.

A microbiota transitória se localiza na camada mais superficial da pele, o que facilita sua remoção através da higienização das mãos com água e sabão. Quando se utiliza uma solução antisséptica, a eliminação desses microrganismos é ainda mais eficaz. Esse grupo é geralmente composto por bactérias Gram-negativas, como as enterobactérias (por exemplo, *Escherichia coli*), bactérias não fermentadoras (como *Pseudomonas aeruginosa*), além de fungos e vírus (ANVISA, 2007).

DEFINIÇÕES IMPORTANTES

Assepsia

É o conjunto de ações adotadas para evitar a entrada de microrganismos em um ambiente que, por definição, deve estar livre deles. Assim, um ambiente asséptico é aquele que se mantém livre de qualquer contaminação ou infecção (MORIYA; MÓDENA, 2008, p. 265).

Antissepsia

É o conjunto de medidas propostas para inibir o crescimento de microorganismos ou removê-los de um determinado ambiente, podendo ou não destruí-los e para tal fim utilizamos antissépticos ou desinfetantes. Processo de eliminação ou inibição do crescimento de microrganismos em TECIDOS VIVOS (MORIYA; MÓDENA, 2008, p. 266).

Desinfecção

É um método, seja físico ou químico, utilizado para eliminar a maior parte dos microrganismos patogênicos presentes em OBJETOS INANIMADOS e SUPERFÍCIES. No entanto, esse processo não garante a destruição dos esporos bacterianos. A desinfecção pode ser classificada em três níveis: baixo, intermediário ou alto, dependendo da sua eficácia (HU-UFGD, 2023).

Degermação

O termo tem origem no inglês degermation, ou desinquimação, e refere-se à redução da quantidade de microrganismos, sejam eles patogênicos ou não, por meio da escovação da pele com água e sabão (MORIYA; MÓDENA, 2008, p. 265).

Esterilização

É o processo responsável por eliminar todas as formas de vida microbiana, incluindo bactérias (tanto em fase vegetativa quanto esporulada), fungos e vírus, por meio do uso de agentes físicos e/ou químicos. Para que a esterilização seja eficaz, é fundamental que o item seja previamente lavado e enxaguado, a fim de remover resíduos e sujeiras (MORIYA; MÓDENA, 2008, p. 266).

Higienização simples das mãos

- **Finalidade:** Remover os microrganismos que colonizam as camadas superficiais da pele, assim como o suor, a oleosidade e as células mortas, retirando a sujeira propícia à permanência e à proliferação de microrganismos.
- **Duração do procedimento:** 40 a 60 segundos.
- **IMPORTANTE**
 - No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel-toalha;
 - O uso coletivo de toalhas de tecido é contra-indicado, pois estas permanecem úmidas, favorecendo a proliferação bacteriana; &
 - Deve-se evitar água muito quente ou muito fria na higienização das mãos, a fim de prevenir o ressecamento da pele.



Passo a passo:

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



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





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



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



5. Entrelaçar os dedos e friccionar os espaços interdigitais.



- 6.** 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.

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





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



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



10.

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



- 11.** Secar as mãos com papel-toalha descartável, iniciando pelas mãos e seguindo pelos punhos. Desprezar o papel-toalha na lixeira para resíduos comuns.

Higienização anti-séptica das mãos

- ❑ **Finalidade:** Promover a remoção de sujidades e de microrganismos, reduzindo a carga microbiana das mãos, com auxílio de um antiséptico.
- ❑ **Duração do procedimento:** 40 a 60 segundos.

A técnica de **higienização antiséptica é igual àquela utilizada para higienização simples** das mãos, **substituindo-se o sabão por um anti-séptico.**

Exemplo: antiséptico degermante.

- ❑ Anti-séptico degermante: Sabão (detergente) contendo um agente antiséptico em sua formulação; se destina à degermação da pele. Exemplo: Clorexidina degermante a 4%; PVPI a 10%.



Fricção anti-séptica das mãos (com preparações alcoólicas)

- ❑ **Finalidade:** Reduzir a carga microbiana das mãos (não há remoção de sujidades). A utilização de gel alcoólico a 70% ou de solução alcoólica a 70% com 1-3% de glicerina pode substituir a higienização com água e sabão quando as mãos não estiverem visivelmente sujas.
- ❑ **Duração do procedimento:** 20 a 30 segundos.
- ❑ **IMPORTANTE**
 - Para evitar ressecamento e dermatites, não higienize as mãos com água e sabão imediatamente antes ou depois de usar uma preparação alcoólica.
 - Depois de higienizar as mãos com preparação alcoólica, deixe que elas sequem completamente (sem utilização de papel-toalha).



Passo a passo:

1. Aplicar na palma da mão quantidade suficiente do produto para cobrir todas as superfícies das mãos (seguir a quantidade recomendada pelo fabricante).



2. Friccionar as palmas das mãos entre si.



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



4. Friccionar a palma das mãos entre si com os dedos entrelaçados.



5. Friccionar o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando os dedos e vice-versa.

6. Friccionar o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se movimento circular e vice-versa.



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

8. Friccionar os punhos com movimentos circulares.



9. Friccionar até secar. Não utilizar papel-toalha.

Anti-sepsia cirúrgica ou preparo pré-operatório das mãos

❑ **Finalidade:** Eliminar a microbiota transitória da pele e reduzir a microbiota residente, além de proporcionar efeito residual na pele do profissional.


As escovas utilizadas no preparo cirúrgico das mãos devem ser de cerdas macias e descartáveis, impregnadas ou não com anti-séptico e de uso exclusivo em leito ungueal e subungueal (embaixo das unhas).

❑ Para este procedimento, recomenda-se: Anti-sepsia cirúrgica das mãos e antebraços com anti-séptico degermante.

❑ **Duração do procedimento:** de 3 a 5 minutos para a primeira cirurgia e de 2 a 3 minutos para as cirurgias subseqüentes (sempre seguir o tempo de duração recomendado pelo fabricante).



Passo a passo:



1. Abrir a torneira, molhar as mãos, antebraços e cotovelos.



- 2.** Recolher, com as mãos em concha, o anti-séptico e espalhar nas mãos, antebraço e cotovelo. No caso de escova impregnada com anti-séptico, pressione a parte da esponja contra a pele e espalhe por todas as partes.

3.

Limpar sob as unhas com as cerdas da escova ou com limpador de unhas.

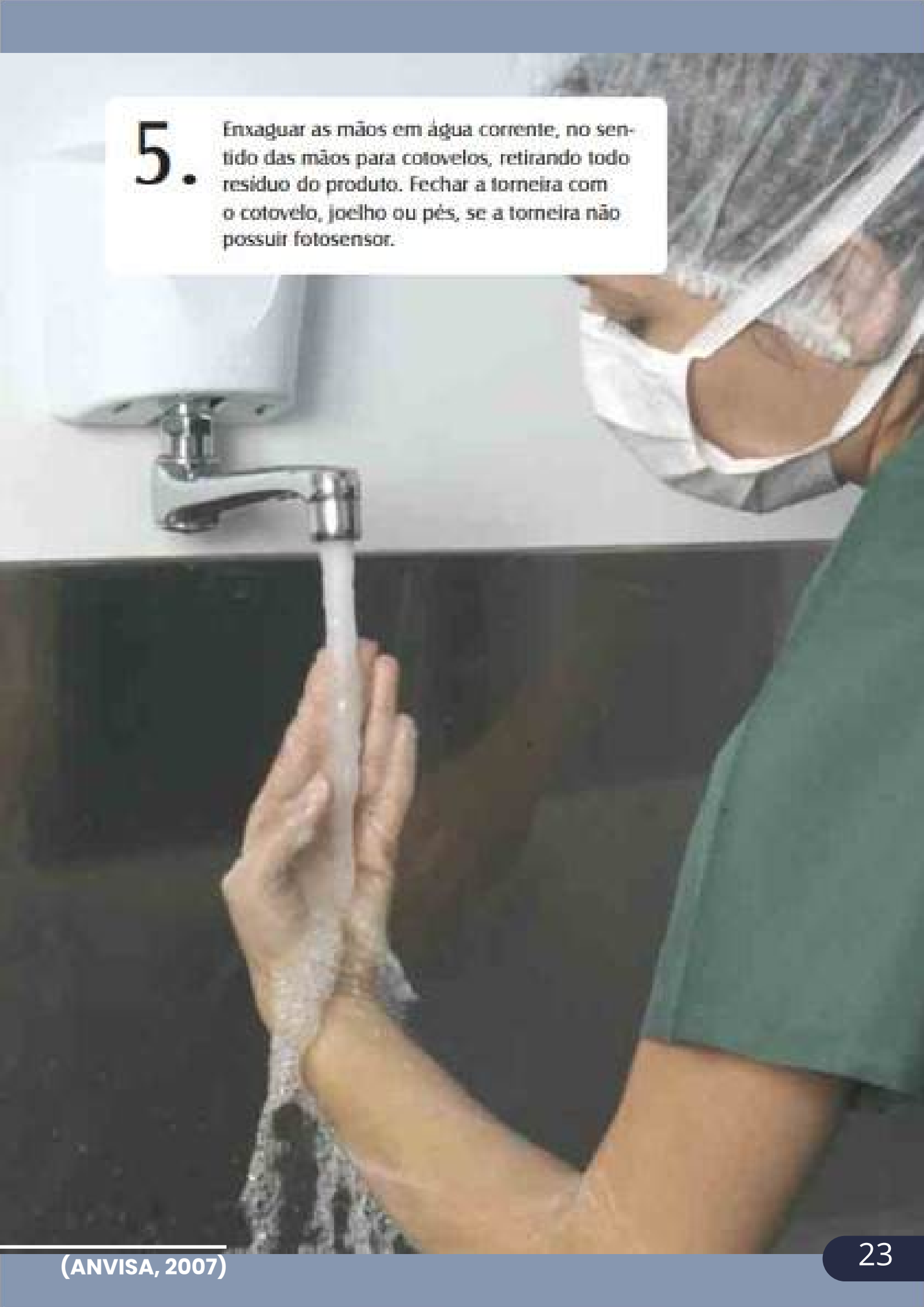




- 4.** Friccionar as mãos, observando espaços interdigitais e antebraço por no mínimo 3 a 5 minutos, mantendo as mãos acima dos cotovelos.

5.

Enxaguar as mãos em água corrente, no sentido das mãos para cotovelos, retirando todo resíduo do produto. Fechar a torneira com o cotovelo, joelho ou pés, se a torneira não possuir fotosensor.





- 6.** Enxugar as mãos em toalhas ou compressas estéreis, com movimentos compressivos, iniciando pelas mãos e seguindo pelo antebraço e cotovelo, alentando para utilizar as diferentes dobras da toalha/compressa para regiões distintas.

Outros aspectos da higienização das mãos

- ❑ • Mantenha as unhas naturais, limpas e curtas.
- ❑ • Não use unhas postiças quando entrar em contato direto com os pacientes.
- ❑ • Evite utilizar anéis, pulseiras e outros adornos quando assistir ao paciente.
- ❑ • Aplique creme hidratante nas mãos, diariamente, para evitar ressecamento na pele.



REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

AGÊNCIA NACIONAL DE VIGILÂNCIA SANITÁRIA (Brasil). Higienização das mãos em serviços de saúde. Brasília: Anvisa, 2007. 52 p. ISBN 978-85-88233-26-3.

HOSPITAL UNIVERSITÁRIO DA UNIVERSIDADE FEDERAL DA GRANDE DOURADOS (HU-UFGD). Padronização de antissépticos e antissepsia: protocolo PRT.CCIRAS.023. Versão 2.0. Dourados: HU-UFGD, 2023.

MORIYA, T.; MÓDENA, J. L. P. Assepsia e antissepsia: técnicas de esterilização. **Medicina**, Ribeirão Preto, v. 41, n. 3, p. 265-273, 2008.





● Liga de Periodontia e Implantodontia ●