

## LAVADO DE MANOS BLOG. Mayo Según OMS.

Elementos necesarios: agua caliente, jabón líquido bactericida al 5%, toallas de papel descartable, cepillo de uñas, cesto de basura con tapa u operado con el pie.

Procedimiento:

- 1) Arremangarse subiendo las mangas de la camisa hasta el codo.
- 2) Abrir la canilla con la mano menos sucia, y dejar correr el agua hasta la temperatura máxima que sus manos puedan soportar (42°C) y humedecer manos y antebrazos.
- 3) Aplicar mediante dosificador una dosis de jabón líquido. Distribuir y frotar el jabón líquido por las manos, entre dedos, muñecas y antebrazos, produciendo espuma, durante por lo menos 20 segundos.
- 4) Enjabonar y mojar el cepillo de uñas. Cepillar minuciosamente ambas manos. Enjuagar el cepillo y dejarlo con las cerdas para arriba.
- 5) Enjuagarse ambas manos con abundante agua, juntando los dedos de las manos y haciendo correr el agua desde los dedos hacia los codos hasta asegurarse que no quedan restos de jabón.
- 6) Secar las manos y antebrazos utilizando toallas de papel.
- 7) Cerrar la canilla con la misma toalla de papel descartable utilizada para secarse.
- 8) Tirar la toalla al cesto. Controlar que quede la tapa cerrada.

Nota: el procedimiento descrito corresponde al método doble de lavado de manos. El método simple es sin cepillado de uñas.

Frecuencia: de acuerdo a las actividades desarrolladas por el manipulador de alimentos teniendo en cuenta que debe lavarse las manos con jabón especial cuando:

- Situaciones de uso de método doble:
  - Al comenzar el turno de trabajo
  - Al entrar en la cocina
  - Luego de ir al baño
  - Luego de tocarse áreas infectadas o insalubres
  - Luego de limpiar vómitos o materia fecal
  -
- Situaciones de uso de método simple:
  - Antes de manipular equipos y utensilios limpios
  - Antes de colocarse guantes
  - Durante la preparación de alimentos
  - Luego de manipular basura
  - Luego de toser, estornudar o usar un pañuelo rescatable
  - Luego de manipular alimentos crudos de origen animal o verduras y hortalizas sucias
  - Luego de tocarse las orejas, boca, barba, ojos, cara, nariz, pelo, etc.
  - Luego de tocar equipo, superficies de trabajo, ropa, trapos o repasadores que estén sucios.
  - Luego de fumar, comer o beber.
  - Luego de limpiar y fregar platos y utensilios usados o sucios