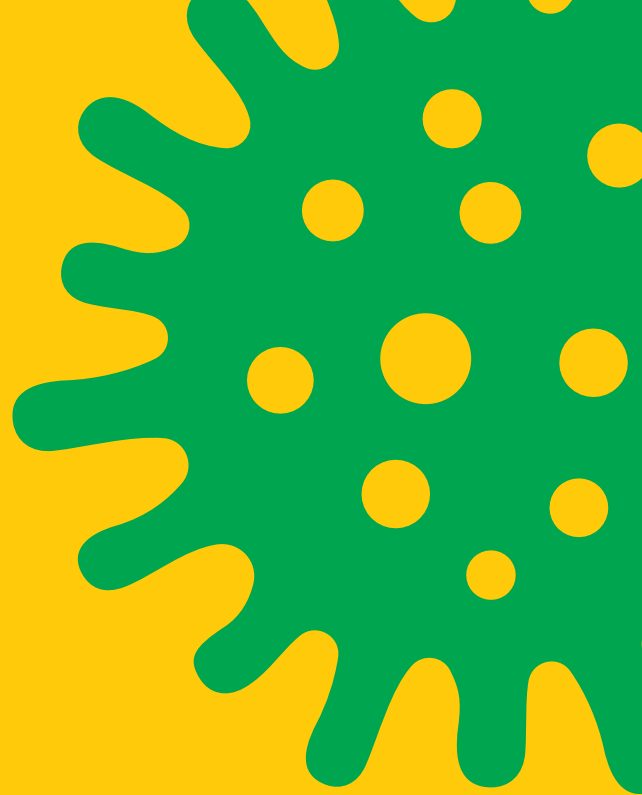


**RIO CONTRA O**  
**C**  **RONA**



# Medidas de Prevenção e Controle ao Coronavírus

Boletim Informativo S/SUBVISA Nº 004/2020 - 15/03/2020

## Higienização das Mãos



A higienização das mãos é uma das principais recomendações para a prevenção ao coronavírus (Covid-19), e a não realização desse procedimento básico está entre as maiores causas de infecções hospitalares. Como este importante processo de higiene pessoal ainda demanda muitas dúvidas, a Subsecretaria de Vigilância, Fiscalização Sanitária e Controle de Zoonoses, órgão da Secretaria Municipal de Saúde, elaborou este Boletim Informativo em forma de perguntas e respostas para facilitar a compreensão da correta maneira de higienizar as mãos, prática básica na prevenção e combate ao novo vírus.

### **1. Como devo lavar as mãos para que elas estejam limpas?**

O correto é ensaboar as mãos com água e sabão, e depois secar. Em especial neste momento de pandemia, o recomendado é secar com papel-toalha descartável não reciclado, que deve ser descartado imediatamente em lixeira com tampa acionada por pedal, para que não haja o contato com as mãos já limpas.

### **2. E qual é o melhor sabão?**

Por não acumular resíduos, os sabonetes líquidos são os recomendados para serem usados nos locais de grande circulação. E neste momento de pandemia, os sabonetes em barra devem ser apenas para o uso individual.

### **3. E quando devo usar o álcool gel?**

O álcool gel é uma medida emergencial, para quando a pessoa estiver na rua ou sem oportunidade de lavar as mãos.

### **4. Mas o melhor é lavar com água e sabão líquido ou com álcool gel?**

Os dois são recomendados para a higienização das mãos. No entanto, quando a pessoa tiver acesso as duas opções e observar sujeira nas mãos, o ideal é usar água e sabão.

### **5. Alianças e outros objetos nas mãos comprometem a limpeza?**

Sim. Pulseiras, relógios e anéis devem sempre ser retirados no momento da lavagem. Aliás, esses objetos também precisam ser lavados porque eles podem estar contaminados. Em especial neste período de pandemia, a recomendação é não usar objetos nas mãos, sendo evitado também cordões, tornozeleiras e demais adornos, por todos podem ser pontos de contaminação.

### **6. As unhas grandes também podem reter sujeira?**

Sim. As unhas bem aparadas facilitam a higienização.

### **7. E se eu usar luvas preciso lavar as mãos?**

As luvas servem para proteger a contaminação das mãos. Mas ao tirá-las o recomendado é que as mãos sejam higienizadas como se não tivesse usado luvas. E mais: as luvas podem dar uma falsa ideia de higiene, fazendo com que a pessoa toque em várias superfícies e contaminando ainda mais tudo o que tocou.

## **8. E quais os momentos mais importantes para higienizar as mãos?**

- 8.1. Assim que se entra em casa
- 8.2. Depois de usar o banheiro
- 8.3. Após mexer na boca ou no nariz
- 8.4. Imediatamente após tocar em algum ferimento
- 8.5. Antes de manipular qualquer alimento
- 8.6. Após descartar o lixo
- 8.7. Depois de trocar fraldas ou limpar uma criança



**Disque Saúde**

**136**

**Não é por um. É por todos.**

Acesse  
[rio\*\*contraocorona\*\*.rio](http://riocontraocorona.rio)  
e saiba mais.

