

*medidas simples  
salvam vidas*

**O GCL-PPCIRA  
agradece a todos  
que contribuem para uma  
prestação de cuidados  
mais limpa e mais segura  
para o Doente**

Adapted with permission from  
Canada's Hand Hygiene Campaign

Direcção-Geral da Saúde  
[www.dgs.pt](http://www.dgs.pt)



Ministério da Saúde



Departamento da  
Qualidade na Saúde



Organização Mundial da Saúde

# 5 DE MAIO DIA MUNDIAL DA HIGIENE DAS MÃOS



## **QUANDO DEVE LAVAR AS MÃOS:**

- ✓ **Antes de manipular ou consumir alimentos**
- ✓ **Antes e Depois de contactar com pessoas doentes ou acamadas**
- ✓ **Depois de ir ao WC**
- ✓ **Depois de espirrar, tossir ou se assoar**
- ✓ **Depois de mexer em objetos sujos ou potencialmente contaminados (ex: sacos do lixo)**
- ✓ **Depois de contactar com animais**
- ✓ **... e sempre que as suas mãos estejam visivelmente sujas!!...**

# PASSOS SIMPLES PARA A CORRETA LAVAGEM DAS MÃOS



1. Molhar as mãos



2. Aplicar a quantidade suficiente de sabão para cobrir toda a área das mãos



3. Esfregar bem as mãos uma na outra



4. Enxaguar em água corrente



5. Secar muito bem com toalhetes de papel com toalhetes de papel



6. Nas torneiras manuais usar os toalhetes para a fechar