

Palavra-chave: higiene, saúde

1. Objetivo:

Normatizar os procedimentos no que se refere a cuidados gerais em saúde a fim de garantir a higienização e bem estar do profissional.

2. Campo de aplicação:

Unidades Básicas de Saúde

3. Definições:

Higiene pessoal: é o conjunto de cuidados que todos devem ter com o corpo diariamente.

Saúde: estado de completo bem-estar físico, mental e social, e não apenas como a ausência de doença ou enfermidade.

4. Responsáveis:

Todos os profissionais da unidade.

5. Procedimentos:

5.1 Higiene pessoal:

Deve o profissional de saúde manter a higiene corporal, que está diretamente ligada à aparência pessoal.

5.2 Cuidados com o corpo:

Somente o banho poderá eliminar o suor, sujidades e os microrganismos e tornar a aparência agradável.

5.3 Cuidados com os cabelos:

Os cabelos devem estar limpos e, presos, se compridos.

5.4 Cuidado com as unhas:

As unhas devem estar sempre aparadas para evitar que a sujeira fique depositada entre as unhas e a pele dos dedos.

Deve-se dar preferência ao uso de esmaltes transparentes para visualizar a sujeira e poder eliminá-la. Deve-se evitar a retirada de cutículas para se manter a pele íntegra.

5.5 Cuidados com o uniforme:

Deve-se observar a limpeza do uniforme, que deve ser ausente de manchas, odor e descostura.

O jaleco deve ser mantido abotoado e o crachá em local visível sobre ele.

A roupa de trabalho deverá ser lavada separadamente da roupa doméstica.

5.6 Cuidados com os sapatos:

Devem ser fechados e impermeáveis, para proteger os pés.

5.7 Lavagem das mãos

Proceder a lavagem das mãos antes do início do trabalho e sempre quando estiver com sujeira ou após atendimento de paciente com suspeita de doenças infectocontagiosas.

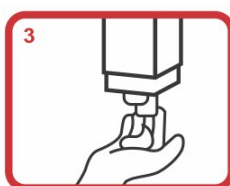
A lavagem das mãos deve ser realizada de acordo com os passos abaixo:



1
Arregace as mangas



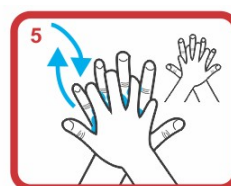
2
Molhe as mãos com água.



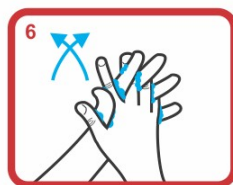
3
Aplique um pouco de sabonete nas mãos.



4
Ensaboe as palmas das mãos uma na outra.



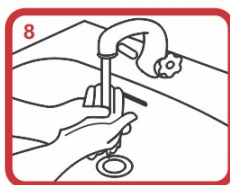
5
Esfregue a parte de trás das mãos uma na outra e vice-versa.



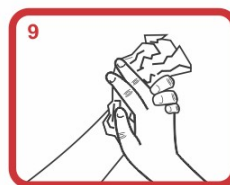
6
Esfregue os dedos e as unhas para lavar cada um deles



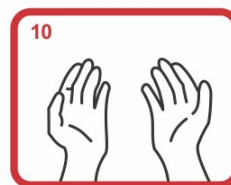
7
Esfregue o Antebraço



8
Enxaguar as mãos com água.



9
Seque as mãos com toalha descartável.



10
Agora as suas mãos estão limpas.

6. Referências:

ORGANIZACIÓN Mundial de La Salud. Documentos básicos. 26 ed. Ginebra: OMS, 1976.

Elaborado por: Rubiane Wozniack CRF/PR11428	Revisado Por: Loana Patrícia da Silva CRF/PR20174	Revisar em: 1 ano
2021	2025	2026