

LAVE AS MÃOS

Rosa Soares

Lave as mãos frequentemente porque bom senso, sabão e água corrente são coisas indispensáveis que previnem infecção.

Ao começar o trabalho e ao sair do banheiro, lave suas mãos primeiro. Microorganismos, não leve para onde levar não se deve; seja coerente, lavando-as antes e após contato com cada paciente.

Faça o mesmo se tocar qualquer fluido biológico, ou material por ele contaminado; nesse caso, use luvas com certeza, inclusive pra limpeza e, uma vez retiradas, as mãos serão lavadas, tendo-se, depois, o cuidado de friccionar álcool glicerinado.

Mãos limpas são importantes no antes e após coletar líquidos corpóreos, e ao manipular o que for limpo e esterilizado, ou qualquer material que seja pelo paciente usado, e ao preparar medicamentos ou manipular alimentos.

No pré e após curativo e de qualquer ato invasivo, terapêutico ou diagnóstico que seja traumatizante, já não se deve omitir técnica tão importante.

Para Stelina
[Estelina]

E agora, vejamos o método
correto de lavar as mãos:
Abra a torneira, com cuidado,
pra água não espirrar
e, sem na pia encostar,
molhe as mãos, passe sabão,
líquido de preferência,
sem se esquecer de um de um só lado:
Palmas, dorso, punhos,
unhas e interdigitais.
Para enxaguar, mãos pra baixo,
lembrando-se que o cotovelo
já não se deve molhar.
Torneira ainda aberta,
seque as mãos com papel-toalha,
o mesmo que você vai usar
para a torneira fechar.
Toalha de pano, essa não!
Assim usada por todos,
é fonte de contaminação.

Você que já se protegeu
e também o seu paciente,
precisa ser prudente:
Ao terminar o trabalho,
antes do hospital deixar,
deve suas mãos lavar.
É melhor se prevenir
que, depois, remediar.

**(Poesia composta em 1989, para orientação da equipe
hospitalar)**