

**Este documento es un documento
elaborado por Matia Fundazioa y de
aplicación interna.**

**Lo ponemos a disposición para su
consulta**

Esku – Garbiketa egokia egiteko urrats

Pasos para realizar la higiene correcta de las manos

1. Kantitate nahikoa ipini esku-ahurrean eta zabaldu



1. Colocar en la palma de la mano la cantidad necesaria y distribuir por toda la superficie

2. Igurtzi eskubarrena eskubarrenaren kontra hatzak tartetean sartuz



2. Frotar palma sobre palma de las manos con los dedos entrelazados entre sí

3. Eskuinarekin igurtzi ezkerreko eskugaina, hatzak tartetean sartuz, eta alderantziz



3. Frotar la palma de la mano derecha contra el dorso de la izquierda entrelazando los dedos y viceversa

MATIA
FUNDAZIOA

Irupena: 30 segundoko igurtzaldiak



Duración: 30 segundos de frotación

4. Esku bateko hatzgainak igurtzi beste eskuko ahurraren kontra, hatzak lotuta mantenduz



4. Frotar el dorso de los dedos contra la palma de la mano opuesta manteniendo los dedos unidos

5. Hatz lodia igurtzi beste eskuko ahurrarekin bilduz eta inguratuz



5. Friccionar el pulgar de cada mano usando la palma de la otra de forma envolvente

6. Hatz puntak beste eskubarrenaren kontra estutu eta inguratuz igurtzi



6. Frotar de forma rotativa la punta de los dedos de una mano sobre la palma de la otra mano y viceversa

Esku – Garbiketa egiteko bost memento

Los cinco momentos para realizar la limpieza de las manos

1. Antes del contacto con el paciente

2. Antes de Realizar una tarea aséptica

4. Después del contacto con el paciente

3. Después del riesgo de exposición a líquidos corporales

5. Después del contacto con el entorno del paciente

1. Pazientearekin kontaktua izan baino lehen

2. Jarduera aseptikoa baino lehen

4. Pazienterekin kontaktua izan ondoren

3. Gorputz jaraikinen helmenean egon ondoren

5. Pazientearen ingurunean egon ondoren