

5 Maggio “Giornata Mondiale dell’igiene delle mani”



La Salute è nelle nostre mani, di fatti **l’OMS raccomanda fortemente di praticare spesso l’igiene delle mani.**

Il lavaggio delle mani ha cambiato il volto della medicina, a capirlo fu un medico ungherese Dottor Semmelweis che comprese che le mani sono un veicolo di contagio.

Il 5 Maggio è diventata la data simbolo per sostenere la buona pratica per il lavaggio delle mani, è importante che venga fatta in maniera corretta sfregando bene tra le dita evitando l’uso di sostanze irritanti. Un semplice gesto come quello di lavarsi le mani ha un ruolo cruciale nella trasmissione delle **ICA** (infezione correlate all’assistenza sanitaria) e la diffusione dell’antibiotico resistenza.

Lavare le mani correttamente è un dispositivo di protezione, costituisce una delle misure più efficaci per contrastare la diffusione del Covid-19, una manovra che riguarda non soltanto il personale medico e paramedico, ma la popolazione in generale. Questo virus implica un cambiamento di comportamento:

- Lavarsi le mani spesso;
- Indossare i DPI (mascherine e guanti) e mantenere le distanze.

L’educazione alla Salute ha un ruolo cardine nella promozione dei corretti stili di vita e nell’adozione di comportamenti che consentono un maggiore controllo della propria salute. Pertanto, prevenire, educare e promuovere la Salute è fondamentale in questa pandemia.

Come si modificano i nostri comportamenti?

Attraverso l’informazione/formazione della popolazione, l’educazione, stimolando la percezione dell’importanza dell’igiene delle mani al fine di proteggere la propria vita e quella di tutti.

Tra le diverse metodologie di lavaggio di mani evidenziamo:

- **Lavaggio sociale:** riguarda il lavaggio effettuato nei centri di vaccinazione e nelle attività di vita quotidiana, consiste in un semplice lavaggio con acqua e sapone. Questa pratica elimina visibilmente lo sporco e riduce la flora microbica, dura 40/60 secondi.
- **Lavaggio antisettico:** viene usato quando non abbiamo in prossimità un lavandino, viene applicato un antisettico a base alcolica che ha la funzione di eliminare i batteri, riducendo al minimo il rischio di infezioni.

L'igiene delle mani rappresenta fondamento costitutivo della prevenzione contro i contagi, e quindi nella diffusione del Covid-19. È necessario che vengano rispettate alcune raccomandazioni:



1. Lavaggio delle mani dopo aver toccato e riposto gli acquisti;
2. Lavaggio delle mani dopo il rientro a casa;
3. Lavaggio delle mani dopo aver toccato i soldi;
4. Lavaggio delle mani dopo esser venuto a contatto con una persona potenzialmente affetta da Covid-19 o aver manipolato oggetti personali ed indumenti.

La salvaguardia della Salute attraverso la prevenzione mai come oggi risulta essere un bene di tutti da perseguire e da tutelare per contrastare il Covid-19 e salvare le vite umane.

Assistente Sanitaria

Samantha Simeone