

LAVAGEM CORRETA DAS MÃOS E SUA IMPORTÂNCIA

CORRECT HAND WASHING AND ITS IMPORTANCE

Mirely Silva de Oliveira

FASP- Faculdade São Francisco da Paraíba, discente de enfermagem
Mirelyoliveira030@gmail.com

Francisco Henrique Fernandes de Almeida

FASP- Faculdade São Francisco da Paraíba, discente de enfermagem
henriquefernandes1708@gmail.com

Maria Fernanda Medeiros da Silva

FASP- Faculdade São Francisco da Paraíba, discente de enfermagem
mariafernandamedeiros781@gmail.com

Joseneto de Souza

FASP- Departamento de enfermagem

joseneto@fsf.edu.br <http://lattes.cnpq.br/394121059048791>
Orientador

RESUMO

O relatório a seguir aborda a importância da lavagem das mãos corretamente para conscientizar a população sobre a prevenção de doenças e promoção da saúde, destacando os impactos negativos de doenças transmissíveis. O estudo, realizado por estudantes de Enfermagem da Faculdade São Francisco da Paraíba, descreve uma experiência de extensão em uma escola, onde crianças de 6 a 8 anos foram ensinadas sobre a importância da lavagem das mãos e como lava-las corretamente. Os resultados mostraram que as crianças se envolveram e aprenderam sobre a importância de lavar suas mãos todos os dias e de forma correta, promovendo responsabilidade pessoal e coletiva. A conclusão enfatiza que projetos educativos como este são essenciais para um futuro sustentável e consciente.

Palavras-chave: Lavagem correta; mãos; doenças transmissíveis.

ABSTRACT

The following report addresses the importance of washing hands correctly to raise awareness about disease prevention and health promotion, highlighting the negative impacts of communicable diseases. The study, carried out by Nursing students from Faculdade São Francisco da Paraíba, describes an extension experience in a school, where children aged 6 to 8 were taught about the importance of washing their hands and how to wash them correctly. The results showed that children got involved and learned about the importance of washing their hands correctly every day, promoting personal and collective responsibility. The conclusion emphasizes that educational projects like this are essential for a sustainable and conscious future.

Keywords: Correct washing; hands; communicable diseases.

INTRODUÇÃO

A temática em questão “A lavagem correta das mãos e sua importância”, é uma das práticas mais simples e eficazes para a prevenção de doenças e a promoção da saúde pública. Este relatório tem como objetivo detalhar a importância da higienização adequada das mãos, apresentar as técnicas recomendadas pela Organização Mundial da Saúde (OMS) e os Centros de Controle e Prevenção de Doenças (CDC), e analisar o impacto dessa prática na redução da transmissão de patógenos. A transmissão de doenças infecciosas, como gripes, resfriados, infecções gastrointestinais e, mais recentemente, a COVID-19, pode ser significativamente reduzida com a lavagem correta das mãos. No entanto, a eficácia dessa medida depende da adesão e da execução adequada dos procedimentos de higienização. Este relatório abordará as melhores práticas a serem adotadas em diferentes contextos, como em ambientes hospitalares, escolares e domésticos.

"Limpar bem as mãos pode ser mais eficaz para prevenir a propagação de doenças infecciosas do que muitos medicamentos modernos. A lavagem das mãos é uma prática simples e acessível que salva vidas." Organização Mundial da Saúde (OMS)

Portanto, a educação contínua e a conscientização sobre a importância da higiene das mãos são fundamentais para criar uma cultura de segurança e prevenção nas instituições de saúde. Aplicar as técnicas corretas de lavagem das mãos é crucial para proteger a saúde pessoal e coletiva.

METODOLOGIA

Este estudo trata-se de um estudo descritivo, do tipo relato de experiência, realizado por estudante do curso de Enfermagem da Faculdade São Francisco da Paraíba (FASP), na disciplina de biossegurança, portanto a experiência de extensão foi realizada no colégio Lica Duarte localizado na cidade de Uiraúna ação aconteceu no dia 7 de junho de 2024.

O relato de experiências em questão envolveu a participação de todos os discentes do grupo universitário estudantes de enfermagem. Durante a realização da

atividade, houve uma troca de conhecimentos de forma dinâmica entre os universitários com os alunos da Escola Lica Duarte. A gente tem com objetivo desse projeto apresentar a informação de forma dinâmica para os estudantes de como fazer a lavagem correta das mãos e o quanto é importante fazer essa lavagem de forma corretamente.

O projeto de extensão foi dividido em algumas etapas. A primeira foi a discussão sobre a temática “: a lavagem das mãos de forma corretamente” fazendo com que o grupo discutisse sobre os pontos importantes da forma correta de lavar as mãos com as crianças. A segunda etapa baseou-se na organização do material queríamos utilizar para realizar a extensão com as crianças que era tinta guache. A terceira etapa foi pintar as mãos das crianças para simular que estava suja para que eles lavassem de forma correta. A quarta etapa foi levar eles até a pia e explicar como era a forma correta de lavar as mãos utilizando detergente por fim levamos os alunos para sala agradecemos atenção deles distribuímos alguns doces.

RESULTADOS

Por meio do Projeto de Extensão Lavagem das mãos de forma correta, foi desenvolvida uma ação para promover a conscientização sobre a importância da forma de lavar as mãos corretamente em uma instituição escolar. Sendo assim, a ação realizada com os alunos da escola E.M.E.I.E.F Lica Duarte, teve como resultado que os alunos aprendem a lavar as mãos de forma correta para evitar doenças, ficam mais conscientes da importância da higiene e que são capacitadas a cuidar da própria saúde. Isso ajuda a reduzir doenças, tornando o ambiente escolar mais saudável. O público alvo desse projeto foram os alunos que mostraram interesse durante a ação dinâmica e educativa. Por fim , essa atividade sobre lavagem correta das mãos oferece uma variedade de benefícios tanto para as aplicadoras, como participantes, promovendo aprendizado prático, conscientização sobre saúde e redução de doenças. As Figuras de 1 a 8 ilustrados a execução do processo de higienizações corretos das mãos.

Figura 1 Alunos que foram que participaram do processo de higienização das mãos.



Fonte: Autores, 2024

Figura 2 - Discente explicando



Fonte: Autores, 2024.

Figura 3 - As discentes passando o passo a passo



Fonte: Autores, 2024.

Figura 4 - A discente passando o passo a passo.



Fonte: Autores, 2024.

Figura 5 - Os alunos executando o processo de lavagens das mãos



Fonte: Autores, 2024.

Figura 6 - Os alunos executando o processo de lavagens das mãos



Fonte: Autores, 2024.

DISCUSSÃO

O projeto de extensão foi realizado na manhã do dia 7 de junho, na escola Lica Duarte, localizada na cidade de Uiraúna. Neste relatório sobre a lavagem das mãos corretamente, foi aplicado uma dinâmica para um melhor aprendizado das crianças que estavam presentes. A lavagem correta das mãos é uma das medidas mais eficazes para prevenir o risco de infecções e doenças. Este relatório tem como objetivo ensinar a importância da higiene das mãos, descrever o procedimento correto para a lavagem das mãos, ter uma melhor higiene e fornecer recomendações baseadas em diretrizes de saúde.

Os procedimentos de lavagem são: molhar as mãos, aplicar, ensaboar, enxaguar e secar. A prática correta da lavagem das mãos é uma medida simples e importante, mas extremamente eficaz, para proteger a saúde individual e coletiva. A adesão a estas práticas devem ser incentivada em todos os ambientes, especialmente em locais com alta circulação de pessoas para uma saúde melhor para a sociedade.

CONCLUSÃO

A prática correta da lavagem das mãos é uma medida fundamental e altamente eficaz na prevenção de infecções e na promoção da saúde pública. A remoção adequada de sujeira, vírus e bactérias por meio da lavagem das mãos reduz significativamente a transmissão de doenças, protegendo tanto indivíduos quanto comunidades inteiras.

A adesão a procedimentos padronizados de lavagem das mãos, deve ser incentivada e incorporada na rotina diária de todos, especialmente em ambientes com alta circulação de pessoas, como escolas, hospitais e locais de trabalho.

Investir tempo e recursos na educação e conscientização sobre a importância da higiene das mãos é crucial para manter a saúde pública em bom estado. Assim, promover e praticar a correta lavagem das mãos é uma ação simples, mas poderosa, que pode salvar vidas e prevenir surtos de doenças.

REFERÊNCIAS

OMS pede melhor higienização das mãos e outras práticas de controle de infecções - OPAS/OMS | Organização Pan-Americana da Saúde. Disponível em: <<https://www.paho.org/pt/noticias/5-5-2021-oms-pede-melhor-higienizacao-das-maos-e-outras-praticas-controle-infecoes#:~:text=Higienize%20suas%20m%C3%A3os>>.