

¿Cuántas y cuáles son las 5 etapas del proceso de enfermería?

Valoración

En esta etapa se realiza inicialmente una recogida de datos

Diagnóstico

En esta etapa se llega a una conclusión en base a la valoración

Planeación

En esta tercera fase, una vez valorada la información se establecen los cuidados de enfermería que se van a realizar.

Ejecución

Esta etapa es decisiva dentro del proceso de atención de enfermería

Evaluación

En la fase de evaluación, una vez aplicados los cuidados al paciente, se determina si el estado del paciente se corresponde con los resultados que se esperaban

¿Cuántas y cuáles son las técnicas de exploración física?

Un examen físico esta formado por 4 técnicas:

-Inspección.

-Palpación.

-Auscultación

-Percusión .

¿Cuántas y cuáles son las vías de administración de medicamentos?

Hay ocho vías de administración y son las siguientes:

-Oftálmica

-Ótica

-Nasal

-Oral

- Tópica
- Parenteral
- Rectal
- Vaginal

Investiga la técnica de lavado de manos con agua y jabón y gel antibacterial. (puede ser de internet).

Lavado higiénico de manos

DEFINICIÓN

El lavado de manos es la frotación vigorosa de las manos previamente enjabonadas, seguida de un aclarado con agua abundante, con el fin de eliminar la suciedad, materia orgánica, flora transitoria y residente, y así evitar la transmisión de estos microorganismos de persona a persona.

El uso de soluciones alcohólicas para el lavado de manos constituye una alternativa a tener seriamente en cuenta en la higiene de las manos en la actualidad (más desarrollo en otro capítulo).

Flora residente: también llamada colonizante. Son microorganismos que se encuentran habitualmente en la piel. No se eliminan fácilmente por fricción mecánica.

Flora transitoria: también llamada contaminante o "no colonizante". Son microorganismos que contaminan la piel, no encontrándose habitualmente en ella. Su importancia radica en la facilidad con la que se transmiten, siendo el origen de la mayoría de las infecciones nosocomiales.

Objetivo:

- Eliminar la suciedad, materia orgánica y flora transitoria de las manos.

Material:

- Jabón líquido ordinario, en dispensador desechable, con dosificador.
- Toalla de papel desechable.

Técnica:

- Humedecer las manos con agua corriente, preferiblemente templada.
- Aplicar jabón líquido con dosificador.
- Frotar las manos palma con palma, sobre dorsos, espacios interdigitales y muñecas durante al menos 10 segundos.
- Aclarar con abundante agua corriente.
- Secar las manos con toallas de papel.

- Cerrar el grifo con la toalla de papel utilizada para el secado (los lavabos con sistema de cierre de codo o de pedal ahorran este paso; los de célula fotoeléctrica, además, determinan un importante ahorro de agua).

Indicaciones:

- Antes y después del contacto con cada paciente.
- Entre dos procedimientos en el mismo paciente si hay sospecha de contaminación de las manos.
- Después del contacto con alguna fuente de microorganismos (sustancias y fluidos corporales, mucosas piel no intacta...) y objetos contaminados con suciedad.
- Después de quitarse los guantes.

Características del alcohol gel

- Las preparaciones de concentraciones entre 60 y 80% de alcohol (isopropanol o etanol) son las más eficaces.
- Si contiene un emoliente como glicol al 1 o 3% evita la resequedad de la piel y favorece el apego a esta técnica.
- No es necesario usar toallas de papel para el secado. Requiere menos tiempo que el lavado tradicional con agua y jabón (40 a 60 segundos).
- Es importante el volumen del gel que se use; un volumen entre 2 a 3 mililitros (generalmente dos aplicaciones de los dispensadores comunes).
- Usar en manos secas, ya que la presencia de agua disminuye la eficacia.
- No es eficaz contra *Norovirus* (gastroenteritis) y esporas (*Clostridium difficile*).
- Utilizar un dispensador con despachador que facilite su uso y evite contaminación.

Existen otras preparaciones de soluciones antisépticas a base de clorhexidina 0.5 a 4%, yodopovidona 0.5 a 4% que no serán analizadas en este criterio.

La técnica de higiene de manos consta de seis pasos

1. Palmas	Frótese las palmas de las manos entre sí
2. Dorso de las manos	Frótese la palma derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos
3. Espacios interdigitales	Frótese los dedos entrelazados
4. Nudillos	Frote se el dorso de los dedos sobre la palma de la otra mano
5. Dedos pulgares	Frótese con movimientos de rotación del pulgar izquierdo atrapándolo con la mano derecha y viceversa
6. Uñas	Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda haciendo un movimiento de rotación y viceversa



Figura 1. Pasos de la técnica de higiene de manos con solución alcoholada.

La actividad antimicrobiana de los alcoholes se debe a su capacidad de desnaturalizar las proteínas de los microorganismos. Las soluciones que contienen entre 65 y 80% de alcohol fueron aprobadas desde 1994 como antisépticos en la higiene de manos. Los alcoholes tienen excelente actividad germicida contra bacterias Gram positivas y bacterias Gram negativas, patógenos multirresistentes, *Mycobacterium tuberculosis* y algunos hongos. Ciertos virus (lipofílicos) envueltos (virus del herpes simple, virus de la inmunodeficiencia humana (VIH), virus de la gripe, virus sincicial respiratorio, los virus de la hepatitis B y de la hepatitis C son susceptibles a concentraciones entre 60 y 80%. Hay estudios que muestran reducción de los títulos de ineficacia más de 3 logaritmos de virus no envueltos como rotavirus, adenovirus y rinovirus; otros como hepatitis A, poliovirus y enterovirus necesitan una concentración de 70 a 80%. Recordar que no tienen acción contra esporas ni protozoarios.