Como prevenir a contaminação: Importância da higienização das mãos

Alunos do Curso de Técnicos Auxiliar de Saúde – CPTAS
Agrupamento de Escolas à Beira Douro, Medas Gondomar, 6 de maio 2026

Adriana Martins (aluna CPTAS)
Maria José Saavedra, Edna Cabecinha, Sandra Monteiro, Simone Varandas



Objetivo geral

Conscienciализar os alunos para a importância da prevenção da contaminação, destacando o papel fundamental da correta lavagem das mãos na promoção da saúde e na prevenção de doenças, contribuindo, assim, para a adoção de comportamentos responsáveis no dia a dia.



Objetivos específicos



● Demonstrar conhecimentos sobre a importância da técnica de higienização das mãos;

● Identificar diferentes microrganismos;

● Realizar técnica de lavagem das mãos corretamente;

●Adotar comportamentos responsáveis que contribuem para a prevenção da contaminação;



1 Manter a Limpeza

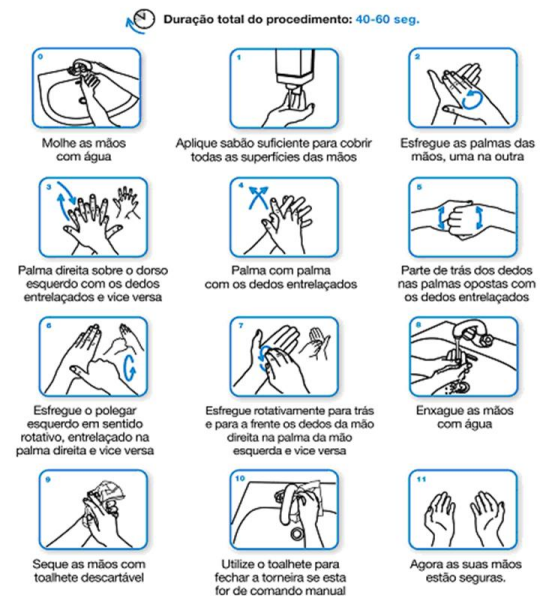
As mãos são um veículo de transmissão, frequente, de microrganismos de uma superfície para a outra. Por isso, uma correta higienização das mãos, utensílios e equipamentos antes de iniciar a preparação dos alimentos e, frequentemente, durante todo o processo é fulcral para impedir a contaminação cruzada.



Deverá higienizar as mãos sempre após:

- Ir à casa de banho;
- Manipular carne ou peixe crus;
- Se assoar;
- Mexer no lixo;
- Tocar em animais de companhia;
- Fumar.





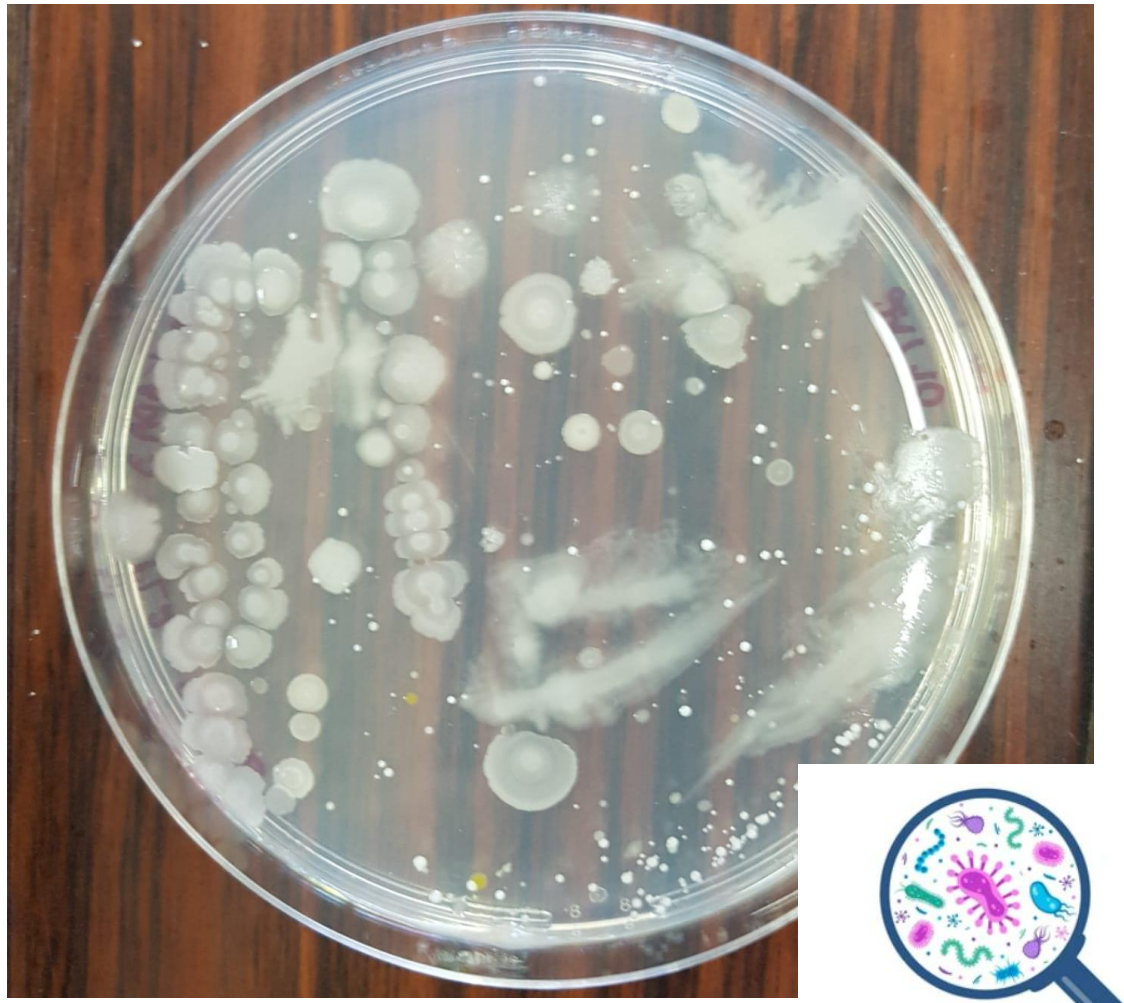


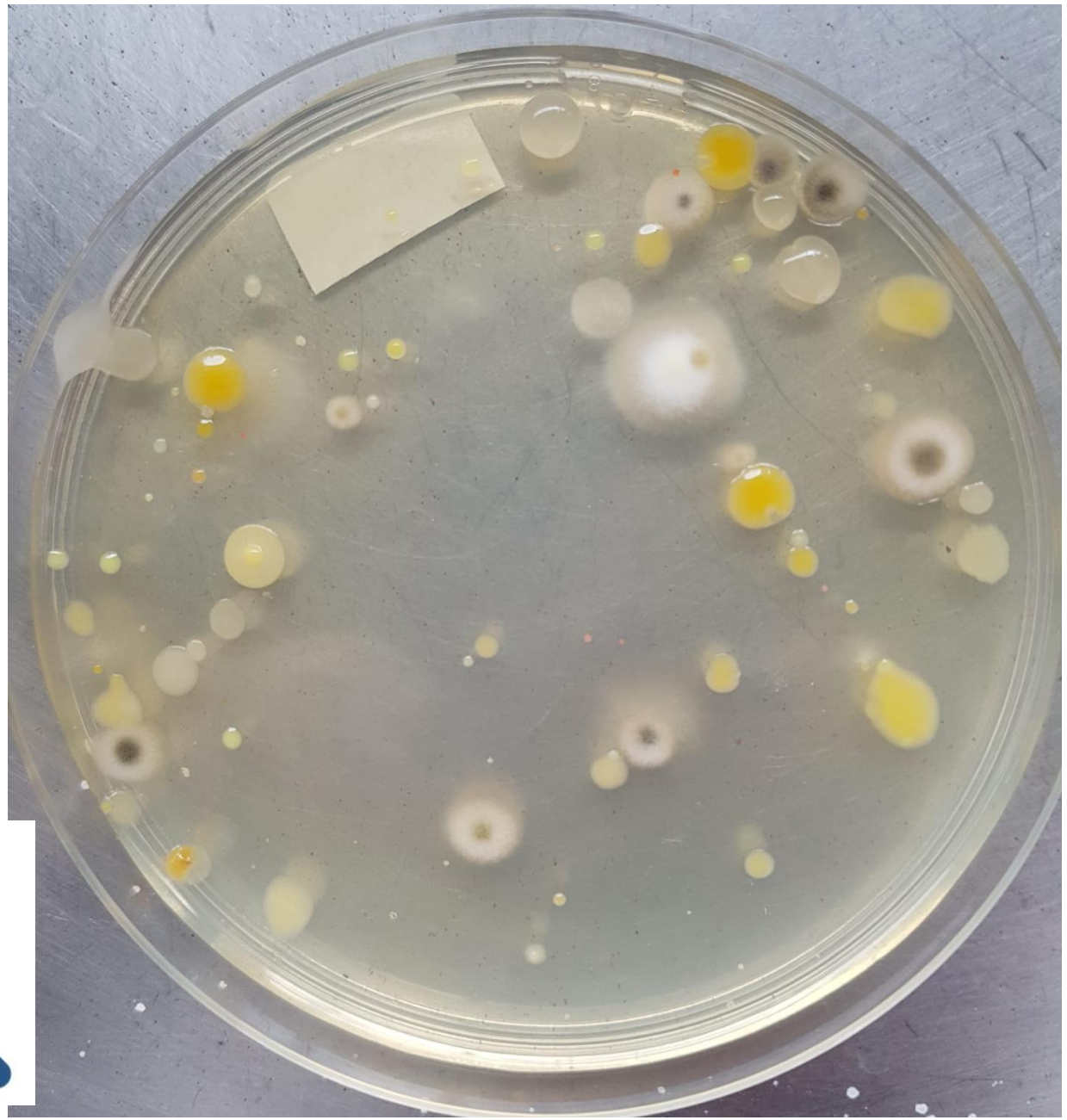






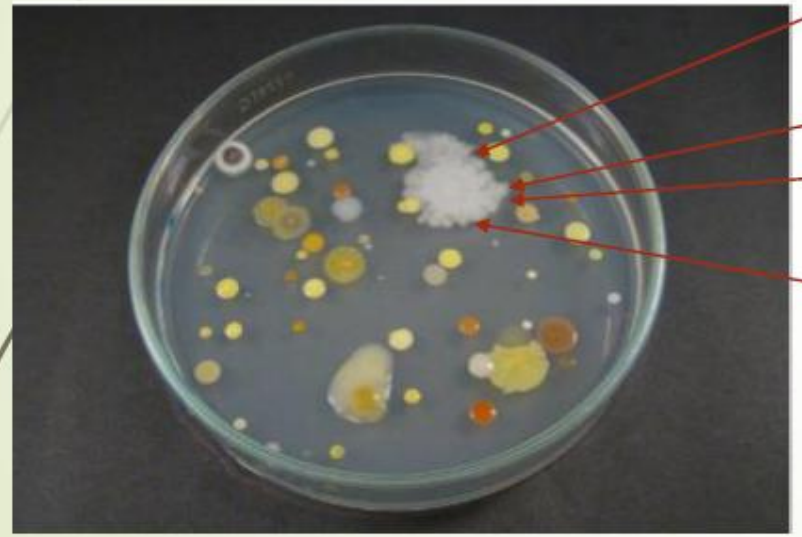
Quando um microrganismo se transfere de uma superfície para outra, <u>dá-se o nome de contaminação cruzada,</u> sendo as mãos o principal vetor de transmissão de microrganismos.

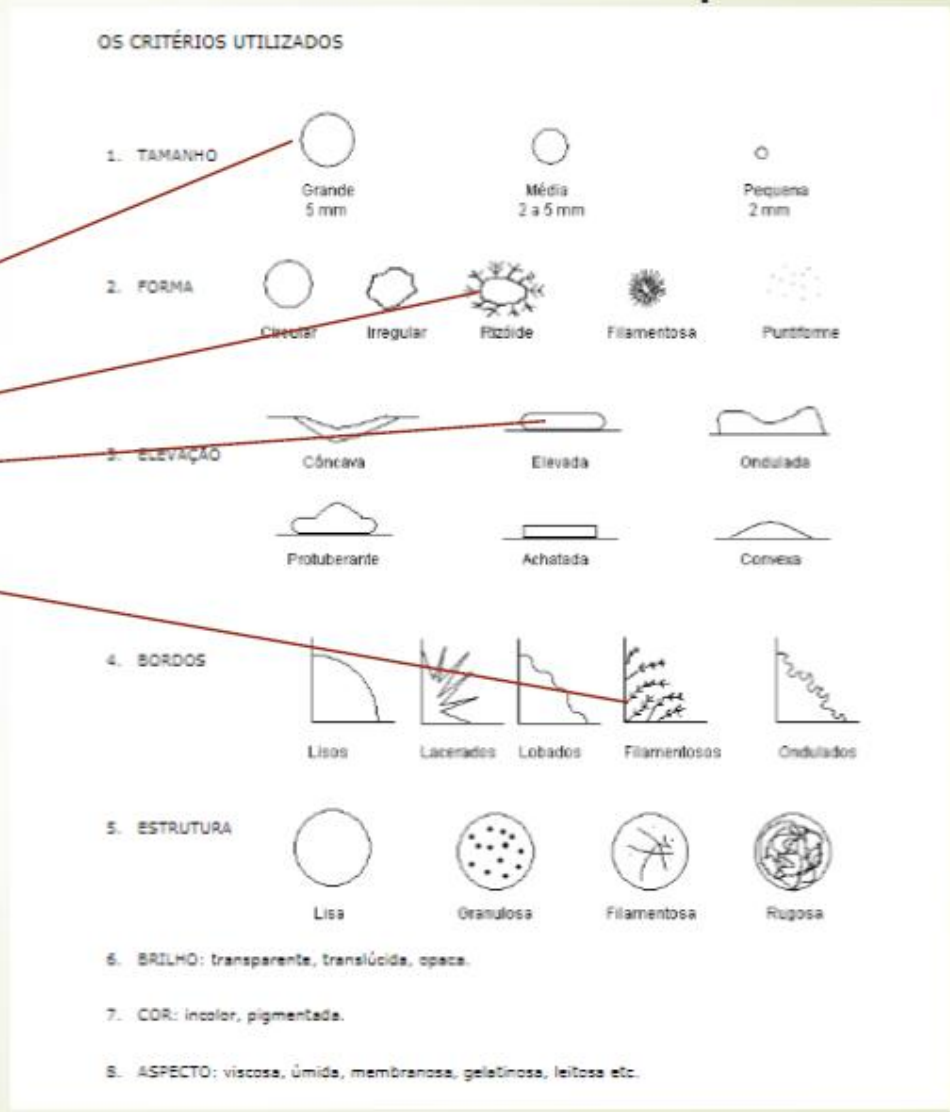






Caracterização das colónias em placa





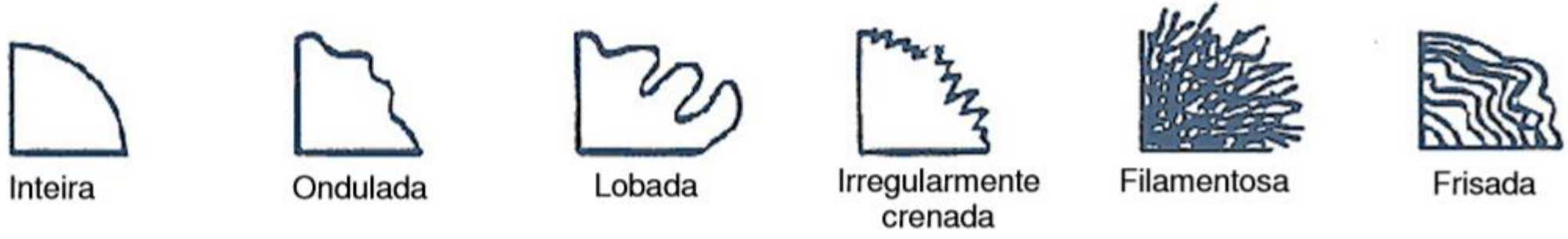
FORMA



ELEVAÇÃO



MARGEM



Resultados:

-Examinar as placas e contar o número de colónias totais e o número de colónias diferentes em cada placa;

-Descrever o tipo de colónias com base na descrição apresentada na Fig.1.

-Registar os resultados.

Quadro – Caracterização das colónias observadas

Características das colónias					
Dimensão (mm)	Cor	Forma	Elevação	Margem	Representação

"One Health"- Uma Só Saúde



O conceito ***"One Health"*** (WHO; OIE; FDA) – "***Uma Só Saúde***" regula a interdependência entre a saúde humana, a saúde animal e o meio ambiente, abrangendo a alimentação.

CAMPANHA GLOBAL

5 de maio: Dia Mundial de Higiene das Mãos

Campanha destaca necessidade da manutenção de ações para prevenção e controle de infecções

Lavar as mãos salva vidas

Nos cuidados de saúde, a higiene das mãos é uma das medidas mais simples e mais efetivas na redução da infeção. É consensual que a transmissão de microrganismos entre os profissionais e os doentes e entre doentes, através das mãos, é uma realidade incontornável, daí a relevante importância da sua lavagem. Estamos todos cientes que as mãos são a estrutura do corpo mais utilizada no contacto direto, sendo, por consequência, um veículo de transmissão de microrganismos.



> World Hand Hygiene Day
>
> Don't forget: "Combining evidence-based guidance with practical tools helps health systems identify gaps, improve compliance and strengthen accountability — where it matters most."

Agradecimentos

This work is supported by National Funds by FCT–Portuguese Foundation for Science and Technology, under the projects FCT/MCTES (PIDDA): Centre for the Research and Technology of Agro-Environmental and Biological Sciences (https://doi.org/10.54499/UID/04033/2025) and LA/P/0126/2020 (https://doi.org/10.54499/LA/P/0126/2020).



Maria José Saavedra

Integrated Member



Edna Cabecinha

Integrated Member



Sandra Mariza Monteiro

Integrated Member



Simone da Graça Varandas

Integrated Member

Obrigada pela atenção!

utad | CITAB | inov4agro

R&D1

Natural resources, biodiversity & climate challenges