	<p align="center"><b>CENTRO LABORAL LAMASTELLE</b> Servicio Laboral-Ocupacional y de Apoyo Personal y Social a Personas con Discapacidad Intelectual</p>	<p align="center"><b>PROTOCOLO DE ASEO E HIGIENE</b></p>	<p align="center">Pagina número 1 de 2</p>
<p>Av. Rosalia de Castro, 12 C. P. 15173-Oleiros Tfno.- 981-61.08.50 / Fax.- 981-63.13.93 e-mail: <a href="mailto:lamastelle@aspronaga.net">lamastelle@aspronaga.net</a> Web corporativa: aspronaga.net</p>		<p align="center">Código del Documento</p>	<p align="center">Edición</p>
		<p align="center"><b>CLL5-D-10</b></p>	<p align="center"><b>1</b></p>


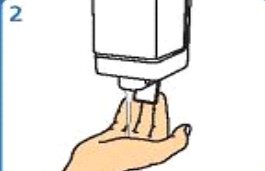



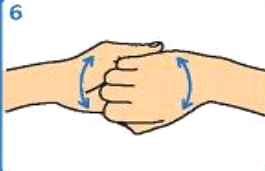




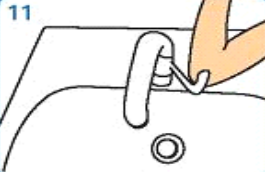

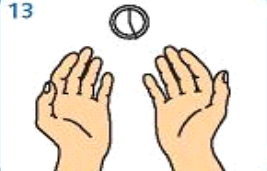
**Elaborado por:** M<sup>a</sup> Carmen Couto, Mariví Pérez y Sandra Espada  
**Revisado y Aprobado por** Lisa Matos

## 1. LAVADO DE MANOS

Al menos antes y después de comer, se procederá al lavado de manos, con el apoyo necesario:


- Antes: lavado de manos con agua y jabón.
- Después: lavado de manos y cara.

*Instrucciones para el correcto lavado de manos:*

			
Humedecer as mans	Aplicar suficiente xabón	Fregar palma sobre palma	Fregar palma sobre dorso cos dedos entrelazados e viceversa
			
Fregar palma sobre palma cos dedos entrelazados	Fregar o dorso dos dedos sobre a palma oposta	Fregar os polgares mediante un movemento rotatorio	Fregar as xemas dos dedos sobre a palma da man contraria cun movemento circular
			
Fregar cada pulso coa man oposta	Aclarar con auga	Pechar a billa co còbado ou ben cunha toalla desbotable	Secar cunha toalla de papel desbotable
			
<p align="center">Este proceso debe levar entre 15 e 30 seg</p>			

## 2. LAVADO DE DIENTES

Después de comer se realizará el Cepillado de dientes según las pautas de Salud Bucodental. Cada usuario tiene su neceser en su taquilla con los útiles necesarios.

 <b>CENTRO LABORAL LAMASTELLE</b> Servicio Laboral-Ocupacional y de Apoyo Personal y Social a Personas con Discapacidad Intelectual	<b>PROTOCOLO DE ASEO E HIGIENE</b>	Pagina número 2 de 2
	Código del Documento <b>CLL5-D-10</b>	Edición <b>1</b>
Av. Rosalia de Castro, 12 C. P. 15173-Oleiros Tfno.- 981-61.08.50 / Fax.- 981-63.13.93 e-mail: <a href="mailto:lamastelle@aspronaga.net">lamastelle@aspronaga.net</a> Web corporativa: aspronaga.net		

### 3. ASEO / DUCHA

#### 1. Recogida de Material:

Antes de iniciar las duchas/aseos, hemos de recoger todo el material que vamos a necesitar (esponjas, toallas, guantes, cremas, etc), en las cantidades necesarias, así como ropa de recambio (si el usuario la tiene en su taquilla, se utiliza su propia ropa; en caso de que no la tenga, se cogerá ropa del almacén común).

Todo esto con el fin de no tener que ausentarnos del cuarto de baño una vez que ya se ha iniciado la actividad y estamos atendiendo a los usuarios.

Importante: La esponja desechable y la toalla han de ser utilizadas únicamente para un solo usuario y, una vez, secado, la toalla se llevará a lavar al cuarto de lavandería.

#### 2. Procedimiento de Aseo/Ducha:

Al ser un centro de atención diurna, lo habitual es que sólo se realicen duchas en caso de emergencias, sobre todo incontinencia. En este caso, si no es necesario hacer ducha completa, se realizará un aseo en la ducha de cintura para abajo.

Antes de iniciar el aseo, debemos comprobar siempre la temperatura del agua, una vez comprobada y descartado cualquier riesgo, debemos adaptar la misma a las preferencias de cada usuario; para aquellos que no puedan indicarlo verbalmente, intentaremos interpretar su lenguaje corporal.

En el caso de las mujeres, se iniciará la ducha separando los labios mayores de la vulva e introduciendo entre ellos, cuidadosamente, la esponja. Se aclarará abundantemente esa zona.

En el caso de los hombres, se retirará la piel del glande y se frotará con cuidado la zona; también se procurará que el aclarado sea abundante.

En el momento del secado, se prestará especial atención a todas las zonas de pliegue (axilas, ingle, zonas interdigitales de pies y manos) y, en el caso de las mujeres, también la zona de debajo del pecho. Es importante el secado cuidadoso de estas zonas, para evitar la proliferación de agentes patógenos que podrían causar alteraciones de la piel. En este sentido, el momento del baño ofrece asimismo la oportunidad de examinar la piel del usuario; si se descubren manchas, heridas o cualquier otra irregularidad se deberá informar al Servicio Médico.

Todas estas actividades no pueden realizarse de manera mecánica; antes al contrario, hay que dotarlas de calidez, dialogando con los usuarios y explicándoles, constantemente, qué van a hacer. Dedicemos más tiempo a aquellas personas más tímidas a la hora del aseo y busquemos y fomentemos su participación mediante solicitudes y expresiones gratificantes: "Ahora levanta los brazos ¡muy bien!" o "¡Mira que buena está el agua!

No permitamos que esté pasando gente por el baño ajena a la actividad que se está realizando. En la medida de lo posible, las puertas de las duchas han de estar cerradas, especialmente cuando se estén duchando usuarios con la autonomía personal suficiente, aunque tengamos que supervisar la correcta ejecución del aseo o reparar algunas zonas importantes (genitales, pliegues, espalda), pero siempre pidiendo permiso para entrar. Nunca podrán entrar visitas en un cuarto de baño cuando haya usuarios utilizándolo.

Recordar que el Material ha de ser individualizado (esponjas desechables y toallas), pero su consumo debe ser racional.

#### 3. Recomendaciones Generales

Todas las actividades de aseo e higiene se llevarán a cabo de forma pausada y en un ambiente lo más relajado posible, sin prisas y dando a los usuarios la oportunidad de participar al máximo posible. Debe ser un proceso asistencial que garantice al máximo el bienestar del usuario, pero intentando a la vez fomentar su autonomía.

Hemos de recordar que nuestra atención ha de dirigirse siempre a los usuarios, hablando con ellos y explicándoles, previamente, qué van a hacer.

Se respetarán siempre las instrucciones y pautas reflejadas en el Plan de Intervención Individual.