

HIGIENE DAS MÃOS



Editora da
UFCSPA

COMO TUDO COMEÇOU

**AMANDA BRANDT DE OLIVEIRA VILLAR
BRUNA CRISTINA DE VIEIRA DIAS
BRUNA MAIARA PASSOS DOS SANTOS
LUIZA CAROLINA MENDES FLORES
PAULA CAROLINA DE JESUS**



CASTELHINHO DE LIVROS
UFCSPA

**ORGANIZADORAS:
CLAUDIA GIULIANO BICA
ANA CAROLINA DA COSTA E FONSECA**



HIGIENE DAS MÃOS

COMO TUDO COMEÇOU



**AMANDA BRANDT DE OLIVEIRA VILLAR
BRUNA CRISTINA DE VIEIRA DIAS
BRUNA MAIARA PASSOS DOS SANTOS
LUIZA CAROLINA MENDES FLORES
PAULA CAROLINA DE JESUS**

**ORGANIZADORAS:
CLAUDIA GIULIANO BICA
ANA CAROLINA DA COSTA E FONSECA**



Editora da
UFCSA



Para todas as crianças curiosas, que questionam sobre o porquê e sobre a origem das coisas. Vocês nos inspiram!

A cartoon illustration of a castle with four towers, each with a red conical roof. The castle is light gray with arched windows and doors. The text 'UFCSPA' is written in blue on the central part of the castle. In the foreground, a cartoon doctor with a mustache, wearing a white lab coat and a blue stethoscope, stands on a dirt path. He is giving a thumbs up. To his left is a green bush and a small pond. The sky is blue with white clouds.

UFCSPA

Olá! Eu sou o doutor Ignaz
Semmelweis, mas podem me
chamar de Igui.

A yellow arrow pointing from the speech bubble to the pronunciation box.

Pronuncia-se
"Inhás Zemelvais".

Nasci em 1º de julho de 1818, em Viena, na Áustria, um lugar bem distante daqui!

UFCSPA



Neste lugar!

Áustria

Brasil



Quando cresci, estudei
Medicina e me tornei médico
do Hospital de Viena! Assim,
comecei minha jornada rumo
à descoberta da importância
da lavagem de mãos!



Agora que já me apresentei para
vocês, gostaria de convidá-los
para embarcar em uma jornada
em nosso castelinho, que é
como chamamos nossa
universidade, a UFCSPA!





Vamos juntos conhecer
como começou a história da
higiene das mãos?

Agora me acompanhem até a
biblioteca! Estou ansioso para
lhes contar tudo!



Crianças, vocês já pensaram em
como eu descobri que lavar as mãos
é importante?

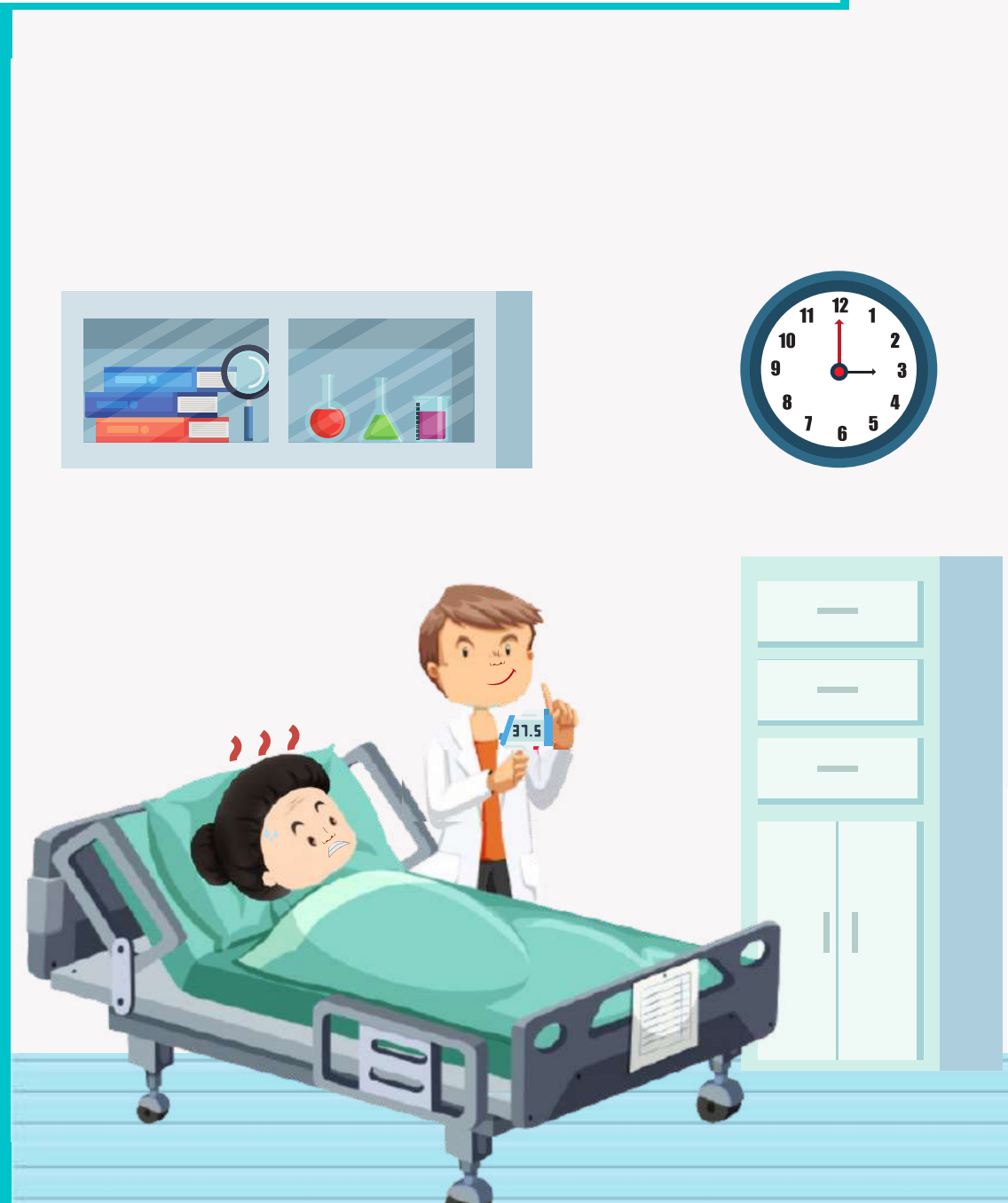
Tudo começou no Hospital
Geral de Viena, na Áustria, em
1848. Há muito tempo!



Eis a Áustria,
pessoal!



Eu observei que as mães não ficavam doentes quando trabalhávamos com as mãos limpas, como as parteiras já faziam.



Após perceber que a limpeza das mãos era importante, passei a deixar uma bacia com água limpa e sabão para que os médicos fizessem a higienização.



Então, médicas, médicos, enfermeiras, enfermeiros e parteiras passaram a lavar as mãos antes de ajudar a trazer bebês ao mundo!



É triste, amiguinhos, mas tenho que
contar a verdade! Ninguém acreditou
em mim naquele momento!



Acreditaram no que eu havia dito apenas muitos anos depois, quando descobriram os micro-organismos*!



*Micro-organismos = seres invisíveis a olho nu, muito pequenos.

A descoberta de seres invisíveis, os micro-organismos, fez com que as pessoas entendessem a importância da higiene das mãos!





Mas, me respondam uma coisa, a
dúvida em relação à higiene das mãos
ainda existe nos dias de hoje?

Infelizmente, sim!



Vocês sabem por que lavar as mãos é realmente importante?

Não, Igui.



Então, vou contar
tudo para vocês!

Eba!

Quando estamos com as mãos sujas, podemos pegar diversas doenças! Vou dar alguns exemplos para vocês entenderem!





Sabe quando
estamos gripados,
fazemos ATCHIMMM
e passamos a mão no
nariz?



AAATCHIMMM!

Se a mão encostar em algum lugar, passará os vírus que estavam na mão para o lugar. E alguém poderá se contaminar.



Além disso, devemos sempre
lavar as mãos antes das refeições!



Muitos micro-organismos podem estar nas nossas mãos. Quando não as lavamos antes de comer, eles entram no nosso corpo pela comida que ingerimos.

Nas mãos de vocês, por exemplo, há milhares de micro-organismos!



Devemos cuidar para não colocar as mãos no rosto
nem comer sem lavá-las antes.



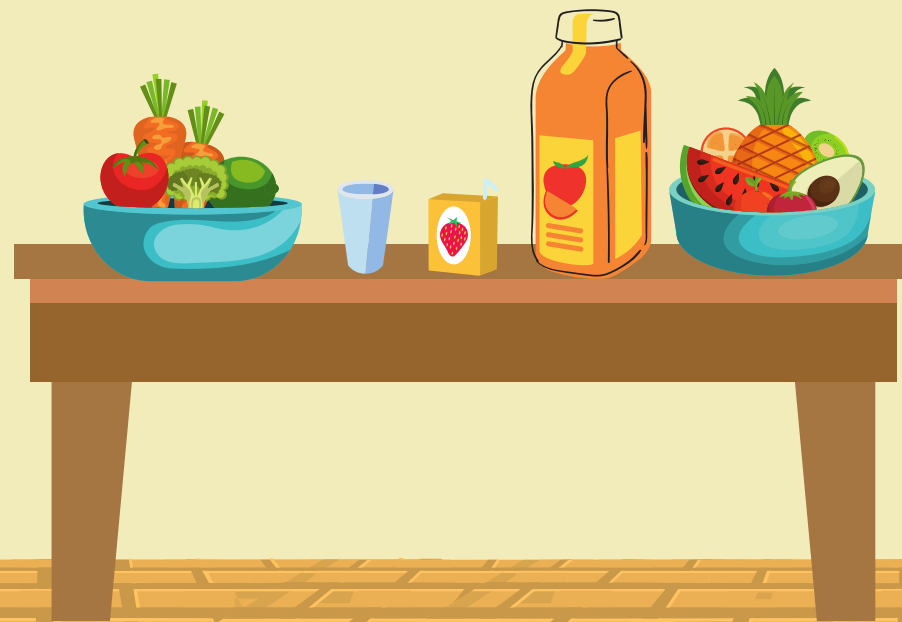
Sabem quando ficamos o dia todo brincando?
Nós tocamos com as mãos em muitos lugares, não é?



Aí, chegamos em casa com uma fome enorme e pegamos algo para comer. Se esquecermos de lavar as mãos, sabem o que pode acontecer?!



Uma dor de barriga terrível!



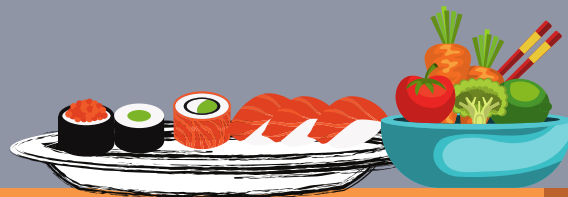
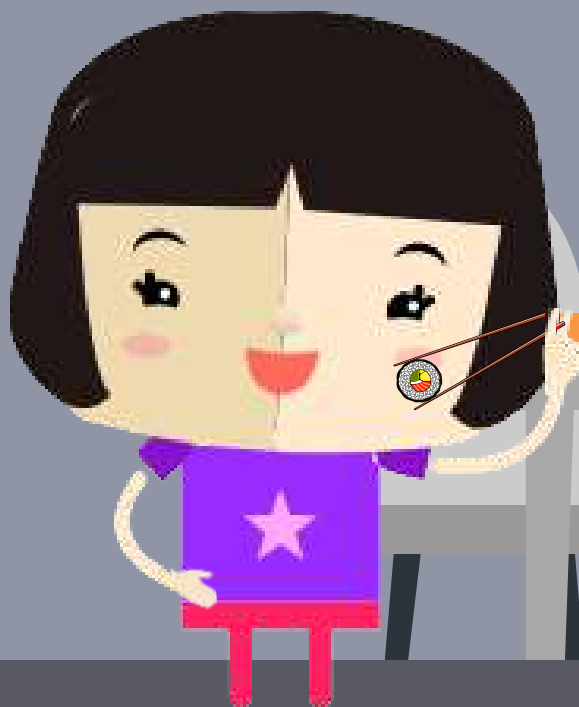
Isso ocorre porque os micro-organismos que contaminaram as mãos são ingeridos com o alimento e podem causar dor de barriga.



Agora, crianças, já que vocês
aprenderam a importância de lavar as mãos,
me digam quando devemos lavá-las?



Antes de comermos!



Antes e depois de
irmos ao banheiro!





Depois de
brincarmos na rua!

Depois de brincarmos com
nossos bichinhos de estimação!





Depois de tocarmos
em dinheiro!



E em muitas
outras situações!

Agora que já sabem da necessidade e da importância de lavar as mãos, vamos descobrir juntos a melhor maneira de higienizar as mãos?



O passo a passo para higienizar as mãos é bem simples e deve durar o tempo de uma canção, como a "Lava uma mão", que dura um pouco mais de um minuto.





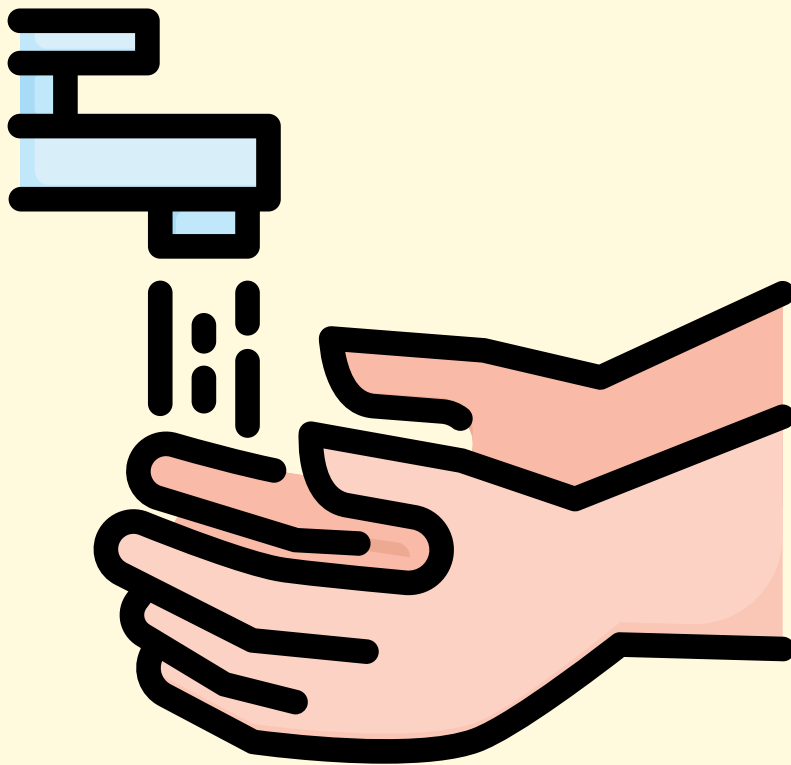
Uma... lava a outra, lava uma (mão)
Lava a outra, lava uma (mão)
Lava a outra, lava uma (mão)
Lava a outra, lava uma.



**PARA OUVIR E
CANTAR, CLIQUE NO
LINK NA MÃOZINHA.**



Primeiro, tiramos anéis, pulseiras e relógio e,
depois, molhamos as mãos com água.



Então, colocamos ou passamos sabão nas mãos.



Depois de colocarmos o sabão, lavamos a parte de dentro das mãos, que chamamos de "palma".



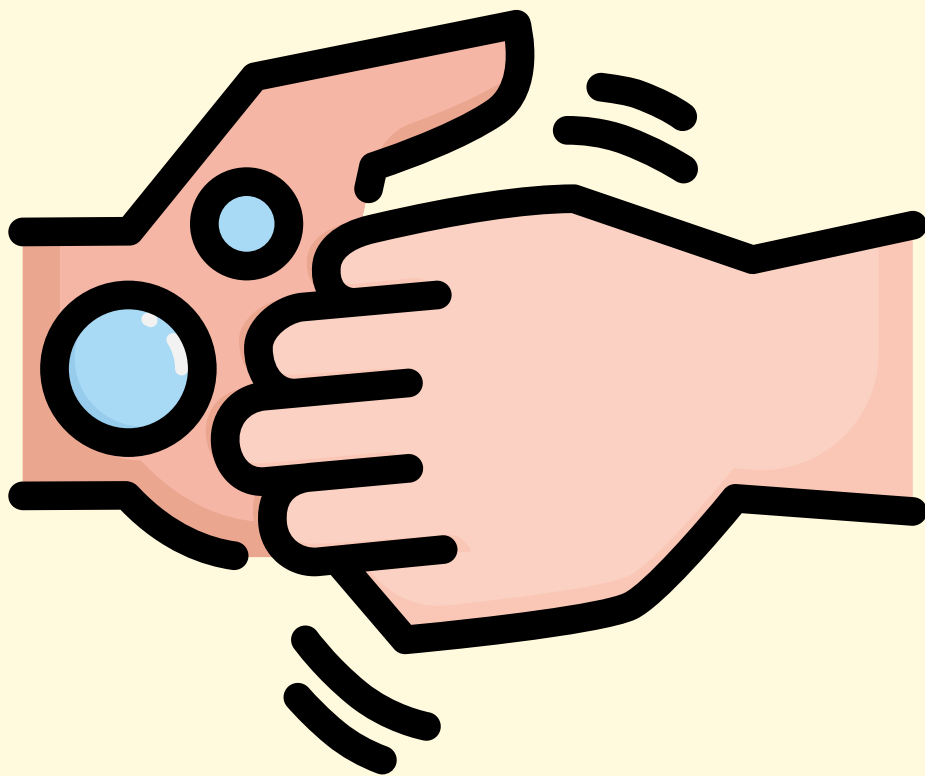
A seguir, lavamos a parte de fora das mãos, que chamamos de "dorso", com uma mão em cima da outra.



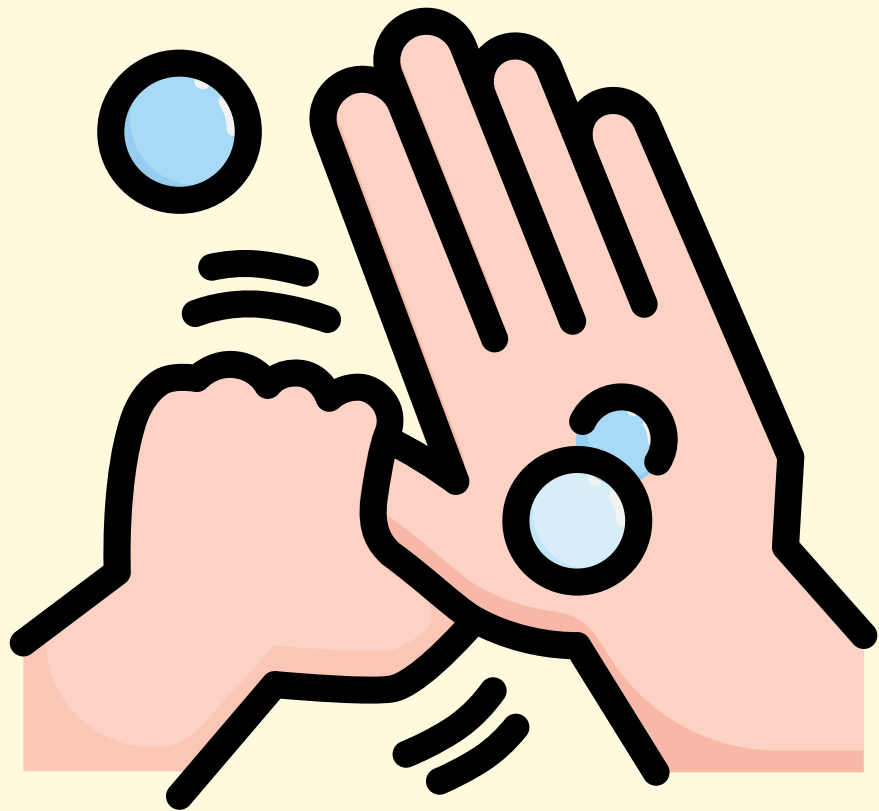
Agora, lavamos entre os dedos, colocando os dedos uns no meio dos outros.



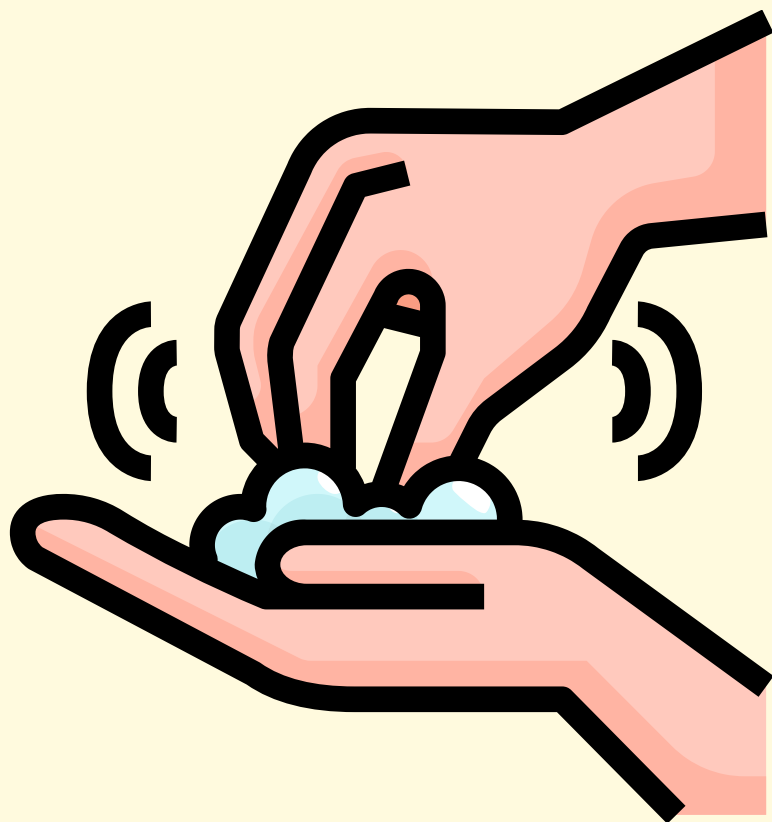
Em seguida, encaixamos os dedos das mãos e fazemos o movimento de vai e vem.



Chegou a hora de lavar o polegar, mais conhecido como "dedão".
Agarramos um dedo com a mão oposta e damos voltinhas.
Depois, repetimos tudo no outro dedo.



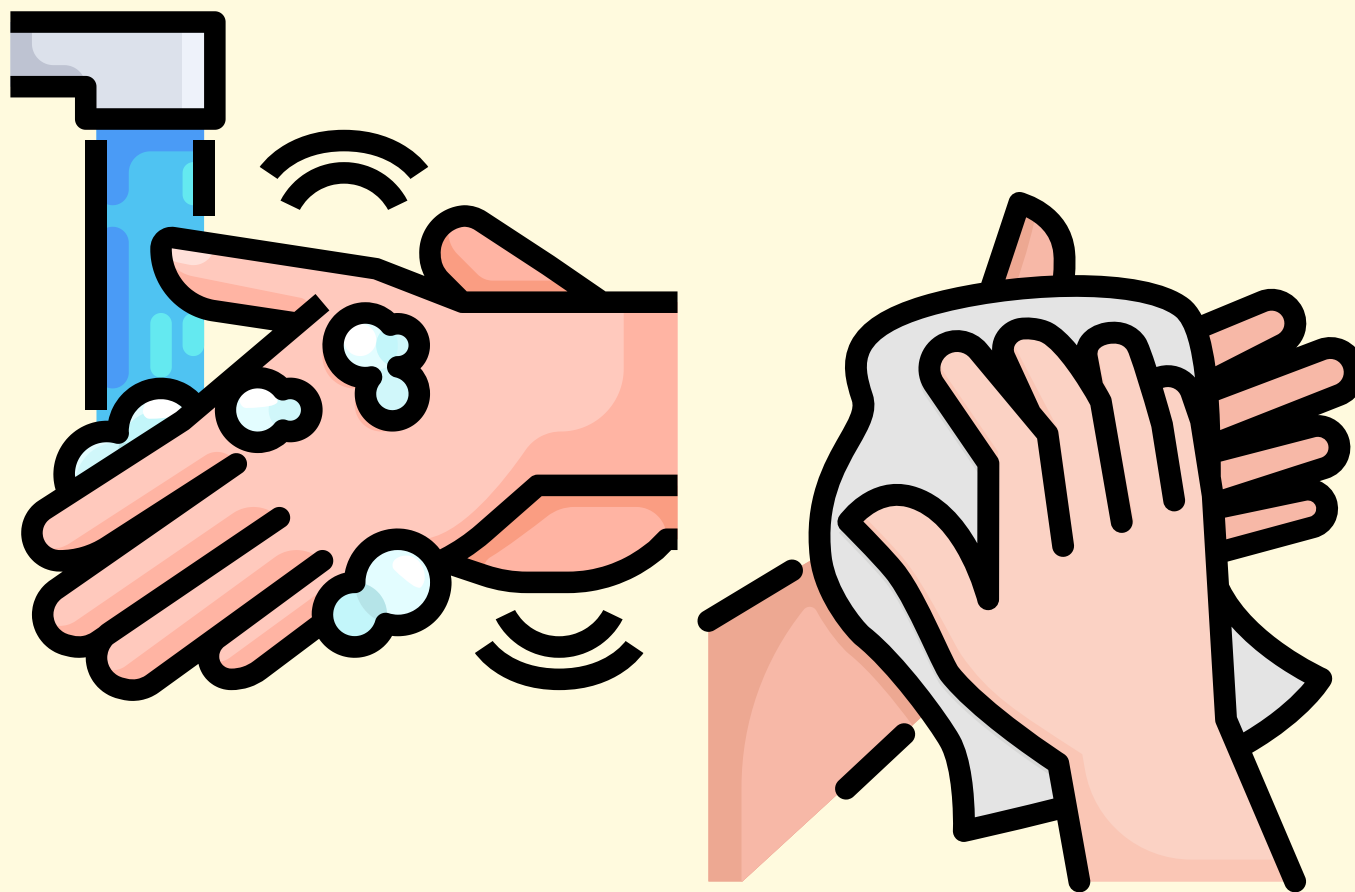
Agora, lavamos as pontinhas dos dedos e as unhas. Para isso, juntamos as pontinhas dos dedos de uma mão, colocamos na palma da outra e giramos. Depois repetimos o procedimento na outra mão.



Não podemos esquecer de lavar o pulso, que é onde usamos pulseiras e relógio. Colocamos a mão em volta do pulso e giramos. Lavamos os dois pulsos.



O último passo é enxaguar as mãos! Lembre-se de não sacudir as mãos, apenas seque-as normalmente.



Agora que já aprenderam, façam vocês mesmos!

Uma... lava a outra, lava uma (mão)
Lava a outra...



Vocês sabem da importância dessa
ação para a sua saúde e para a dos outros,
então ensinem as pessoas que vocês amam
a lavar as mãos da maneira correta!



Tchau, amiguinhos! Adorei contar
minha história para vocês.



Agradeço por me
acompanharem até
aqui. E aguardo vocês
no Castelinho para
conhecerem outras
histórias!



UFCSPA

Ah! Não esqueçam de
lavar as mãos com
frequência e
corretamente!



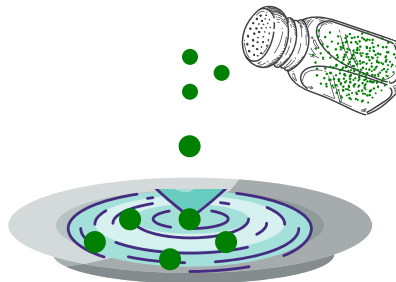
UFCSPA

PARA SE DIVERTIR

Se você quiser entender melhor como a lavagem de mãos elimina os micro-organismos de suas mãos, faça um experimento!

1

Pegue um prato, coloque água e adicione os "micro-organismos" (representados por um pouco de orégano ou outro tempero).



2

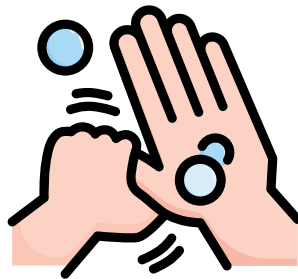
Em seguida, coloque seu dedinho na água "contaminada" e observe como ele fica sujo!



PARA SE DIVERTIR

3

Agora, passe sabão no seu dedo (líquido ou em barra) e não enxágue!



4

Em seguida, coloque o dedo novamente na água "contaminada" e perceba como os "micro-organismos" se afastam do sabão!

Percebeu como o experimento demonstra a importância da lavagem das mãos? Se quiser, clique nas mãozinhas para assistir ao vídeo do experimento!

PARA ASSISTIR



**PARA ASSISTIR A UM VÍDEO
SOBRE A HISTÓRIA DE IGNAZ
SEMMELWEIS,
CLIQUE AQUI**



VEM ME VER

OU MIRE SUA CÂMERA NO CÓDIGO.



PARA ASSISTIR

Para assistir a um desenho sobre a importância da lavagem das mãos,



CLIQUE AQUI



AUTORAS

ACADÊMICAS DO CURSO DE ENFERMAGEM DA UFCSPA



**AMANDA BRANDT DE
OLIVEIRA VILLAR**



**BRUNA CRISTINA
DE VIEIRA DIAS**



**BRUNA MAIARA
PASSOS DOS SANTOS**



**LUIZA CAROLINA
MENDES FLORES**



**PAULA CAROLINA
DE JESUS**

CASTELINHO DE LIVROS

Literatura é a arte que, pelas palavras, transporta leitoras e leitores para muitos mundos. A literatura infantil fala para quem ainda está em formação, e também para jovens e adultos que compartilham seu tempo com crianças e, desse modo, adentram o mundo da fantasia e da curiosidade, ainda infinita, através da leitura de livros.

Castelinho de Livros é um Programa de Extensão da Universidade Federal de Ciências da Saúde de Porto Alegre (UFCSPA), que mistura entretenimento e conhecimento de ciências e de humanidades. Esperamos que ajude a esclarecer algumas das curiosidades que as crianças têm e a despertar outras tantas sequer imaginadas.

Esta e outras obras estão disponíveis para *download* gratuito em:
<https://www.ufcspa.edu.br/vida-no-campus/editora-da-ufcspa/obras-publicadas>



Leia sem moderação, compartilhe sem limites!

Sigam-nos no Instagram:
@castelinho.ufcspa

ORGANIZAÇÃO, REVISÃO TÉCNICA E AUTORIA

Ana Carolina da Costa e Fonseca e Claudia Giuliano Bica

são professoras de Bioética na UFCSPA há mais de dez anos e compartilham disciplinas e interesses. Com formações distintas e complementares, Ana é doutora em Filosofia (UFRGS) e Claudia é bióloga e doutora em Patologia (UFCSPA), adoram trocar ideias e falar de ciência e humanidades para crianças.

A revisão técnica foi feita por **Tierre Aguiar Gonçalves**, médico formado pela UFCSPA, cirurgião da Marinha do Brasil, revisa livros infantis, nos momentos de folga dos plantões; e por **Paulina Nolibos**, graduada em Filosofia (UFRGS) e doutora em História (UFRGS), apaixonada pela antiguidade e por história das ciências, revisa livros infantis ao entardecer.

Este livro foi produzido na disciplina de Biossegurança, na modalidade EaD-emergencial, por **Amanda Brant de Oliveira Villar, Bruna Cristina de Vieira Dias, Bruna Maiara Passos dos Santos, Luiza Carolina Mandes Flores e Paula Carolina de Jesus**, alunas do curso Enfermagem da UFCSPA.

PARA A ESCRITA DO LIVRO

Para escrevermos este livro, nós nos baseamos em nossa vivência na universidade e nos seguintes referenciais:



“Quem Foi Ignaz Semmelweis.” – Hospital Do Coração,
hospitaldocoracao.com.br/novo/midias-e-artigos/artigos-nomes-da-medicina/quem-foi-ignaz-semmelweis/#:~:text=Ignaz



“Saúde Orienta Sobre Importância Da Higienização Das Mãos.” Secretaria Da Saúde, 9 Mar. 2020, www.saude.ce.gov.br/2020/03/03/saude-orienta-sobre-importancia-da-higienizacao-das-maos/#:~:text=

Para elaborarmos este livro nós usamos os seguintes programas:

Canva®, Freepik.com, QRCodeGenerator.IncTM, RawShorts.IncTM,
RemoveBg.IncTM

DADOS DA EDITORA

UNIVERSIDADE FEDERAL DE CIÊNCIAS DA
SAÚDE DE PORTO ALEGRE

REITORA
LUCIA CAMPOS PELLANDA

VICE-REITORA
JENIFER SAFFI

PRÓ-REITORA DE EXTENSÃO, CULTURA E
ASSUNTOS ESTUDANTIS
MÔNICA MARIA CELESTINA DE OLIVEIRA

EDITORA DA UFCSPA
DIRETORA
ANA CAROLINA DA COSTA E FONSECA

VICE-DIRETORA
ANA RACHEL SALGADO


Associação Brasileira
das Editoras Universitárias

CONSELHO EDITORIAL

ALBERTO ANTÔNIO RASIA FILHO
ANA CAROLINA DA COSTA E FONSECA
ANA LUIZA PIRES DE FREITAS
ANA RACHEL SALGADO
CAROLINE TOZZI REPPOLD
CLÁUDIA DE SOUZA LIBÂNIO
IAGO GONÇALVES FERREIRA
MÁRCIA VIGNOLI-SILVA
PAULO GUILHERME MARKUS LOPES
RODRIGO DE OLIVEIRA LEMOS

REVISÃO TÉCNICA
PAULINA NÓLIBOS
TIERRE AGUIAR GONÇALES

REVISÃO
YULI SOUZA CARVALHO



Dados Internacionais de Catalogação na Publicação (CIP)

H638 Higiene das mãos : como tudo começou [recurso eletrônico] / Amanda Brandt de Oliveira Villar *et al.* ; organizadoras Claudia Giuliano Bica e Ana Carolina da Costa e Fonseca. — Porto Alegre: Ed. da UFCSPA, 2021.
Recurso on-line (64 p. : il. color.)

Modo de acesso: <http://www.ufcspa.edu.br/index.php/editora/obras-publicadas>
ISBN 978-65-87950-50-1

1. Saúde pública. 2. Promoção da saúde. 3. Higiene das mãos. 4. Literatura infantil. I. Villar, Amanda Brandt de Oliveira. II. Dias, Bruna Cristina de Vieira. III. Santos, Bruna Maiara Passos dos. IV. Flores, Luiza Carolina Mendes. V. Jesus, Paula Carolina de. VI. Bica, Claudia Giuliano. VII. Fonseca, Ana Carolina da Costa e. VIII. Título.

CDD 613.4

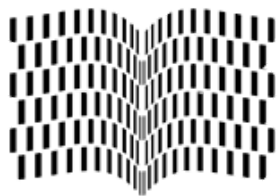
CDU 613.87

Elaborada por Edson Arijú Belmonte - CRB 10/1976
Biblioteca Paulo Lacerda de Azevedo - UFCSPA

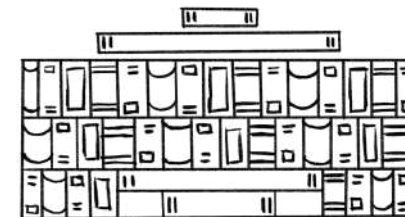
É PERMITIDA A REPRODUÇÃO SEM FINS LUCRATIVOS DESTA OBRA, PARCIAL OU TOTAL, DESDE QUE CITADA A FONTE OU SÍTIO DA INTERNET ONDE PODE SER ENCONTRADA:

[HTTPS://WWW.UFCSPA.EDU.BR/VIDA-NO-CAMPUS/EDITORA-DA-UFCSPA/OBRAS-PUBLICADAS.](https://www.ufcspa.edu.br/vida-no-campus/editora-da-ufcspa/obras-publicadas)

O PRESENTE LIVRO FOI AVALIADO E RECOMENDADO PARA PUBLICAÇÃO POR PARECERISTAS E APROVADO PELO CONSELHO EDITORIAL DA EDITORA DA UFCSPA PARA PUBLICAÇÃO.



Editora da
UFCSPA



CASTELINHO DE LIVROS
UFCSPA

