

CHECKLIST DE BIOSSEGURANÇA

PARA ESTUDANTES DE MEDICINA

Resumo prático de vestuário, EPI e protocolos essenciais para revisar antes de cada plantão. Baseado na série completa "Vestuário e Biossegurança".

1. VESTUÁRIO E APRESENTAÇÃO PESSOAL

- ☐ Uniforme e jaleco de uso exclusivo hospitalar, higienizados com frequência regular
- ☐ Cabelos presos, unhas curtas e sem esmalte
- ☐ Sem anéis, pulseiras, relógios ou outros adornos durante o atendimento
- ☐ Calçado fechado e de uso exclusivo dentro do ambiente hospitalar
- ☐ Jaleco retirado antes de sair da instituição ou fazer refeições

2. HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS

- ☐ Higienização antes e depois de qualquer contato com o paciente
- ☐ Higienização antes de calçar e após retirar as luvas
- ☐ Higienização entre cada etapa da desparamentação
- ☐ Álcool em gel disponível e de fácil acesso durante o plantão

3. USO CORRETO DE EPI

- ☐ Tipo de precaução do paciente verificado antes de entrar no quarto (padrão, contato, gotículas ou aerossóis)
- ☐ EPI correspondente selecionado corretamente para a precaução indicada
- ☐ Sequência correta de paramentação seguida (avental, máscara, óculos, luvas)
- ☐ Sequência correta de desparamentação seguida (luvas, mãos, óculos, avental, máscara, mãos)
- ☐ Troca de luvas entre diferentes tarefas, não apenas entre pacientes
- ☐ Máscara ajustada corretamente, cobrindo nariz, boca e queixo

4. ITENS PESSOAIS E DE USO CONSTANTE

- ☐ Diafragma do estetoscópio higienizado entre pacientes
- ☐ Crachá higienizado periodicamente
- ☐ Celular e caneta higienizados com regularidade
- ☐ Celular e caneta não manuseados com luvas usadas em procedimento
- ☐ Itens pessoais guardados fora do bolso frontal do jaleco durante procedimentos

5. ATENÇÃO REDOBRADA NO FIM DO PLANTÃO

- ☐ Consciência de que o cansaço aumenta o risco de erro na desparamentação
- ☐ Nenhuma etapa da retirada de EPI pulada por pressa ou urgência
- ☐ Jaleco não usado para sentar em transporte público, casa ou áreas externas
- ☐ Em caso de dúvida sobre qualquer protocolo, pergunta feita à equipe antes de agir

Gostou deste checklist?

Confira a série completa "Vestuário e Biossegurança" no blog, com 10 artigos aprofundando cada um destes pontos.

Este material tem caráter geral e educativo, baseado em boas práticas amplamente reconhecidas em controle de infecção hospitalar. Protocolos específicos podem variar entre instituições — siga sempre as diretrizes da sua faculdade, hospital-escola ou serviço de saúde.