

## Lavado de manos

En St. Jude nos esforzamos para ofrecer a nuestros pacientes y a sus familias la mejor y más segura atención posible. Usted juega un papel fundamental para asegurar la calidad asistencial de su niño. Los pacientes de St. Jude generalmente tienen sistemas inmunitarios débiles debido a sus enfermedades y a sus tratamientos. Esto significa que corren mayor riesgo de contraer infecciones. A veces estas infecciones pueden ser mortales.

El modo más fácil e importante de prevenir infecciones es **lavarse las manos**.

### ¿Cuándo debe lavarse las manos?

- Después de ir al baño
- Después de cambiar pañales o de higienizar a un niño que fue al baño
- Siempre que tenga contacto directo con un paciente, incluso con su propio niño
- Antes de entrar a la habitación de un paciente y después de dejarla
- Después de toser, estornudar o sonarse la nariz
- Luego de estar fuera del hospital y después de tocar mascotas
- Antes y después de comer
- Antes y después de alimentar a su niño

### ¿Cómo debe limpiarse las manos?

- Utilice agua y jabón si:
  - sus manos se encuentran visiblemente sucias;
  - ha tocado sangre u otros líquidos corporales; o
  - va a manipular o preparar alimentos.
- En otros momentos puede lavarse con agua y jabón o utilizar un producto en gel o espuma a base de alcohol para la limpieza de manos. Ambos métodos son eficaces para matar gérmenes

### Pasos a seguir para utilizar productos a base de alcohol para la limpieza de manos

Usted puede comprar estos geles o espumas en cualquier farmacia o supermercado. Para utilizarlos:

- Coloque en la palma de su mano una cantidad de espuma o líquido que alcance a cubrir la misma; y

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

## Lavado de manos

- Frote sus manos una contra otra hasta que estén secas.

### Pasos a seguir para limpiar eficazmente sus manos con agua y jabón

- Moje sus manos.
- Si está utilizando jabón líquido coloque una cantidad del tamaño de una moneda de 25 centavos de dólar en su mano.
- Genere abundante espuma.
- Frote sus manos una contra otra, presionando firmemente durante 15-20 segundos por lo menos.
- Asegúrese de lavar toda la superficie de sus manos y muñecas, incluso el dorso de las manos y entre los dedos.
- Enjuáguese las manos con las palmas hacia abajo.
- Séquese las manos con una toalla de papel; una toalla de tela limpia es adecuada para usar en el hogar.
- Si se encuentra en un lugar público, utilice una toalla de papel para cerrar la canilla y para abrir la puerta del baño.

### ¿Preguntas?

Para obtener más información sobre la importancia de limpiarse las manos y cómo mantenerlas limpias, pregúntele a la enfermera de su niño.

**5 MOMENTOS PARA MANOS LIMPIAS**

**ANTES** de entrar a la habitación de su niño (área de pacientes)

- 1** antes de tener contacto directo con su niño
- 2** antes y después de comer
- 3** después de tocar fluidos corporales como sangre u orina
- 4** antes y después de alimentar a su niño
- 5** después de ir al baño, toser o estornudar

**DESPUÉS** de salir de la habitación de su niño (área de pacientes)

PRODUCED BY BIOMEDICAL COMMUNICATIONS (x2954) 7.8.15

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.

# ¿Sabe usted... continuación

## Lavado de manos

*St. Jude Children's Research Hospital cumple con las leyes federales de derechos civiles aplicables y no discrimina por motivos de raza, color, nacionalidad, edad, discapacidad o sexo.*

ATENCIÓN: si habla español, tiene a su disposición servicios gratuitos de asistencia lingüística. Llame al 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

ATTENTION: If you speak another language, assistance services, free of charge, are available to you. Call 1-866-278-5833 (TTY: 1-901-595-1040).

تنبیه: إذا كنت تحدث لغة أخرى فسيتم لك الاستعانة بخدمات المساعدة اللغوية المتوفرة لبالمانجران يرجى الاتصال بالرقم 1-866-278-5833 (الخط 1-901-595-1040).

El propósito de este documento no es reemplazar el cuidado y la atención de su médico u otros servicios médicos profesionales. Nuestro objetivo es que usted desempeñe un papel activo en su cuidado y tratamiento; para este efecto, le proporcionamos información y educación. Consulte a su médico si tiene preguntas o dudas sobre su salud o sobre alternativas para un tratamiento específico.