

El paso más importante para prevenir que se esparzan los microbios y las infecciones es mantener limpias las manos.

Programa para el Control y la Prevención de Infecciones: Una Guía para Pacientes y Visitas

Los microbios y las infecciones pueden pasar de persona a persona en el hogar o en el hospital. Esta información describe las pautas para ayudar a reducir su riesgo de infecciones mientras permanezca en el hospital.

Las visitas que se sientan mal o que estén enfermos no deberán venir de visita al hospital.

Lávese las manos

El paso más importante para prevenir que se esparzan los microbios y las infecciones es mantener limpias las manos. Los pacientes y las visitas deben lavarse las manos frecuentemente, incluyendo:

- Antes de comer
- Después de tocar los orinales de cama, los apósitos, los pañuelos de papel u otros artículos sucios
- Después de toser, estornudar o sonarse la nariz
- Después de usar el baño, el mingitorio o el orinal de cama
- Después de tocar cualquier sangre o fluido corporal
- Después de manejar dinero

Además, los visitantes también se deben lavar las manos al entrar y al salir de los cuartos de los pacientes.

Para lavarse las manos con agua y jabón:

1. Mójese las manos con agua caliente.
2. Use jabón para formar bastante espuma y frótela durante cuando menos 20 a 30 segundos.
3. Cubra todas las áreas, incluidos los espacios entre los dedos, debajo de las uñas y alrededor de los lechos ungueales.
4. Enjuáguese bien con agua caliente.
5. Seque con toallas de papel.
6. Si el lavamanos tiene manijas, use una toalla de papel limpia para cerrar el agua.
7. Deseche todas las toallas de papel usadas.

Para usar limpiadores de manos sin agua o gel de alcohol:

- Bombear producto sobre sus manos una vez (aproximadamente del tamaño de una moneda).
- Frótese las manos en todas las superficies. Cerciórese de incluir las palmas, la parte de atrás de las manos, entre los dedos y alrededor de las uñas hasta que estén secas. No enjuague el producto con agua ni use toallas de papel para secarlo.

Otras precauciones

Los trabajadores de atención médica también usarán otras precauciones normales, como son guantes, batas, mascarillas o protección de ojos. Se informará a los visitantes si también necesitan alguna de estas precauciones. En algunos casos, es posible que los trabajadores de la atención médica también necesiten tomar precauciones adicionales. Si es así, se explicarán esas precauciones. En algunos casos, es posible que los trabajadores de la atención médica también necesiten tomar precauciones adicionales. Si es así, se explicarán esas precauciones.

Los pacientes que sepan o sospechen que tienen una infección deberán informar a su doctor o a su enfermero(a).