
CONTROL DE INFECCIONES

Mantenerse saludable es importante para usted y para toda su familia.
¡ Siga estos pasos fáciles y de bajo costo para ayudar a detener
muchas enfermedades infecciosas antes de que ocurran!

Lávate las manos a menudo!

Mantener las manos limpias es una de las mejores maneras de evitar enfermarse y propagar enfermedades. La limpieza de sus manos se deshace de los gérmenes que recoge de otras personas... de las superficies que toca... y de los animales con los que entra en contacto.

Cuándo lavar

- Antes de comer.
- Antes, durante y después de manipular o preparar alimentos.
- Después del contacto con sangre o fluidos corporales (como vómitos, secreciones nasales o saliva).
- Después de cambiar un pañal.
- Después de usar el baño.
- Después de manipular los animales, sus juguetes, correas o desechos.
- Después de tocar algo que podría estar contaminado (como un bote de basura, paño de limpieza, drenaje o tierra).
- Antes de vestir una herida, dar medicamentos o insertar lentes de contacto.
- Más a menudo cuando alguien en su casa está enfermo.
- Cuando se ven sucias.

Cómo lavar

- Humedezca las manos y aplique líquido, barra o jabón en polvo.
- Frota las manos vigorosamente para hacer una espuma y frotar todas las superficies.

- Continúa durante 20 segundos! Toma tanto tiempo que el jabón y la acción de fregado desalojan y eliminan gérmenes obstinados. ¿Necesitas un temporizador? Imagínese cantando "feliz cumpleaños" todo el camino a través de-dos veces!
- Enjuague bien las manos con agua corriente.
- Seque las manos con una toalla de papel o un secador de aire.
- Si es posible, use su toalla de papel para apagar el grifo.

RECUERDE: SI EL JABÓN Y EL AGUA NO ESTÁN DISPONIBLES, UTILICE UNA TOALLITA A BASE DE ALCOHOL O GEL DE MANO!

RUTINARIAMENTE LIMPIAR Y DESINFECTAR SUPERFICIES

Limpiar y desinfectar no son lo mismo. La limpieza elimina los gérmenes de las superficies, mientras que la desinfección realmente los destruye. La limpieza con agua y jabón para eliminar la suciedad y la mayoría de los gérmenes suele ser suficiente. Pero a veces, es posible que desee desinfectar para obtener un nivel adicional de protección contra los gérmenes.

Mientras que las superficies pueden parecer limpias, muchos gérmenes infecciosos pueden estar merodeando. En algunos casos, los gérmenes pueden vivir en las superficies durante horas, e incluso días.

Los desinfectantes están específicamente registrados en la Agencia de protección ambiental (EPA) de los Estados Unidos y contienen ingredientes que realmente destruyen bacterias y otros gérmenes. Compruebe la etiqueta del producto para asegurarse de que dice "desinfectante" y tiene un número de registro de la EPA.

Desinfectar aquellas áreas donde puede haber un gran número de gérmenes peligrosos – y donde existe la posibilidad de que estos gérmenes se puedan propagar a otros.