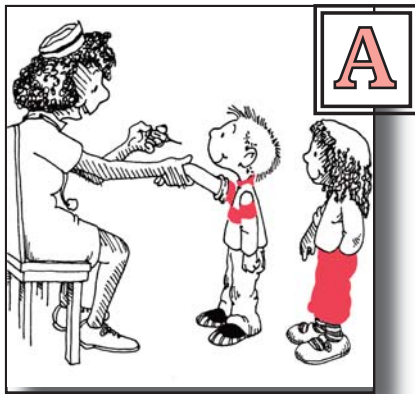
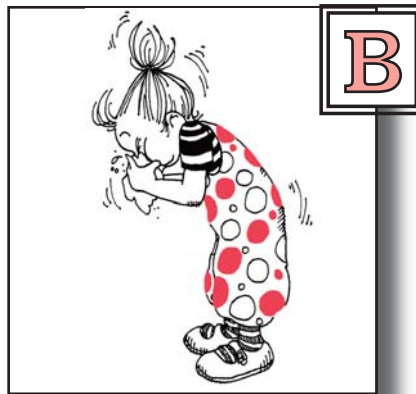


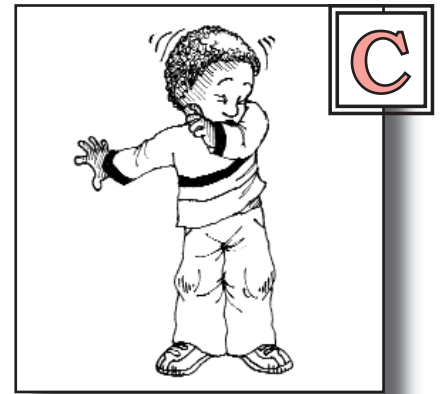
CÓMO PREVENIR LA PROPAGACIÓN DE INFECCIONES



Vacúnate



Suénate la nariz con un pañuelo de papel



Tose y estornuda en tu codo



Lávate las manos antes de comer



Lávate las manos después de ir al servicio

Hojas descriptivas para el lavado de las manos cortesía de



Para comprar un equipo completo de recursos “*William, ¿no te vas a lavar las manos?*”, por favor, póngase en contacto con el Instituto Canadiense de Salud Infantil (Canadian Institute of Child Health) en www.cich.ca

© Copyright CICH 2011



Instituto Canadiense de Salud Infantil

CÓMO LAVAR TUS MANOS

1. Mójate las manos



2. Enjabónatelas



3. Frótate las manos durante 15-20 segundos



4. Acláratelas



5. Sécatelas con una toalla



6. Cierra el grifo con la toalla



Para comprar un equipo completo de recursos "William, ¿no te vas a lavar las manos?", por favor, póngase en contacto con el Instituto Canadiense de Salud Infantil (Canadian Institute of Child Health) en www.cich.ca

© Copyright CICH 2011

Hojas descriptivas
para el lavado de las
manos cortesía de



Instituto Canadiense
de Salud Infantil

Lavarse las Manos es la Mejor Forma de Reducir la Propagación de Infecciones

¿Cómo se propagan las infecciones?

Las enfermedades infecciosas (resfriados, gripe y dolores de estómago) pueden trastornar la vida de niños, padres, cuidadores y educadores. No podemos detener todas las infecciones, pero podemos controlar la propagación de los gérmenes. Los gérmenes pueden transmitirse de persona a persona por contacto o simplemente por estar en la misma habitación. El compartir juguetes, abrazarse y besarse son formas rápidas de transmitir gérmenes, pero no te desalientes. Lo que debemos promover es lavarse las manos.

Evitando la propagación de gérmenes

Para controlar la propagación de gérmenes necesitamos la ayuda de todos. Padres, niños, cuidadores y educadores deben trabajar juntos para impedir la propagación de los gérmenes.

Las siguientes son algunas actividades clave:

- Lavarse las manos es la mejor forma de prevenir la propagación de gérmenes. Todos debemos lavarnos las manos después de ir al baño, cambiar un pañal, después de cuidar o limpiar a alguien que está enfermo, y antes de preparar o comer alimentos.
- Vacunación – Tanto niños como adultos deberían estar al día con sus vacunas. Póngase en contacto con su departamento de salud local para obtener una lista de vacunas costeadas en su provincia.
- Enfermedad – Los niños debieran permanecer en casa cuando están enfermos. Los padres necesitan un plan de emergencia en estas situaciones.
- Comunicación – Los padres debieran informar a los cuidadores y profesores acerca de la salud de sus hijos.
- Limpieza – Asegúrese que su cocina, cuarto de baño y juguetes están limpios y desinfectados.
- Desaliente el compartir ropa, peines, cepillos y cepillos de dientes.



Hojas descriptivas
para el lavado de las
manos cortesía de



Para comprar un equipo completo de recursos “*William, ¿no te vas a lavar las manos?*”, por favor, póngase en contacto con el Instituto Canadiense de Salud Infantil (Canadian Institute of Child Health) en www.cich.ca



Instituto Canadiense
de Salud Infantil

¿Por qué lavarse las manos nos mantiene sanos?

Los gérmenes que enferman a las personas pueden transmitirse a otros con las manos. Lavárselas es la mejor forma de impedir la infección. El lavarse las manos regularmente debe ser un hábito diario para todos.

Los padres, cuidadores y profesores son el ejemplo para los niños. Comience el hábito de lavarse las manos pronto, lavando las manos del niño después de cambiarle los pañales.



Cuándo necesitamos lavarnos las manos

Deben lavarse las manos de los niños:

- después de cambiarles el pañal
- después de usar el baño
- antes de tocar o comer alimentos
- después de jugar fuera de casa

Los adultos deben lavarse las manos:

- después de ir al baño
- después de ayudar a un niño en el baño
- después de cambiar pañales
- antes de dar de comer a un niño, preparar comida o comer.
- después de limpiar vómito
- después de sonarse la nariz
- antes de dar medicamentos o aplicar crema
- después de cuidar a un niño enfermo



Hojas descriptivas
para el lavado de las
manos cortesía de



Para comprar un equipo completo de recursos "*William, ¿no te vas a lavar las manos?*", por favor, póngase en contacto con el Instituto Canadiense de Salud Infantil (Canadian Institute of Child Health) en www.cich.ca

© Copyright CICH 2011



Instituto Canadiense
de Salud Infantil

Haga fácil el lavarse las manos

- Tenga un escabel seguro para que los niños puedan llegar al lavabo y a los grifos
- Use jabón líquido – es más fácil de usar y es mejor
- Tenga toallas limpias o toallas de papel
- Cuando no disponga de instalaciones para lavarse las manos, utilice toallitas húmedas, papel de jabón o desinfectantes para manos.



Haga que lavarse las manos sea divertido

- Haga un juego de lavarse las manos – sienta lo suave y resbaladizo que es el jabón o note la espuma.
- Coloque un cartel del lavado de manos cerca del lavabo.
- Cante canciones de lavarse las manos como esta:

(Melodía de Row, Row, Row Your Boat)

Lava, lava, lava tus manos
Juega nuestro juego
Restriega y frota y frota y restriega
Los gérmenes se van al traste

(Cantar 2 veces durante 15-20 segundos)



Hojas descriptivas
para el lavado de las
manos cortesía de



Para comprar un equipo completo de recursos “*William, ¿no te vas a lavar las manos?*”, por favor, póngase en contacto con el Instituto Canadiense de Salud Infantil (Canadian Institute of Child Health) en www.cich.ca

© Copyright CICH 2011



Instituto Canadiense
de Salud Infantil