

Living Safely

with disabilities and special health needs

Higiene de las manos



Children's
Specialized Hospital®

An RWJBarnabas Health facility



Los gérmenes y la suciedad pueden estar en cualquier parte. Pueden quedar en las manos y en los objetos que toque durante las actividades diarias, y me pueden enfermar.

Limpiarme las manos en momentos clave lavándolas con agua y jabón o usando desinfectante de manos es uno de los pasos más importantes que puedo seguir para evitar enfermarme y propagar gérmenes a las personas que están cerca de mí.



Hay algunas diferencias importantes entre lavarme las manos con agua y jabón y usar un desinfectante de manos.

El agua y el jabón funcionan quitando todos los tipos de gérmenes y suciedad de las manos, mientras que el desinfectante actúa matando ciertos gérmenes de la piel.



No debo usar desinfectante de manos si tengo las manos visiblemente sucias o grasosas; por ejemplo, después de hacer jardinería, jugar al aire libre, pescar o acampar.

Si hay un lugar para lavarme las manos, me lavo las manos con agua y jabón en vez de usar desinfectante.



Los desinfectantes de manos podrían no quitar las sustancias químicas dañinas, como los pesticidas, y los metales pesados, como el plomo.



Estos son algunos momentos en los que debo usar agua y jabón. Antes, durante y después de preparar alimentos; antes y después de comer; antes y después de cuidar de una persona que esté enferma; antes y después de tratar un corte o una herida; después de usar el inodoro; después de cambiar pañales o limpiar a un niño que ha usado el baño; después de tocar un animal, alimento para animales o desechos de animales; después de manipular comida o bocadillos para las mascotas; después de tocar la basura; y si tengo las manos visiblemente sucias o grasosas.



Debo usar desinfectante de manos si no hay agua y jabón disponibles.

Para más recursos de Living Safely (Vivir Seguro), visite <https://www.rwjbh.org/cshlivingsafely>

Valoramos la experiencia en seguridad de nuestros asociados que hayan demostrado su compromiso con tener comunidades sanas e inclusivas.

La información incluida en *Vivir seguro con discapacidades y necesidades especiales de salud (Vivir seguro)* se presenta únicamente con fines educativos e informativos. En el contenido se incluye información general: esta podría no reflejar las necesidades individuales o los acontecimientos jurídicos o información actuales de una persona. Children's Specialized Hospital no garantiza, ni expresa ni implícitamente, la precisión, aplicación, adecuación o exhaustividad de la información incluida en *Vivir seguro*, ni en ningún otro sitio web al que esté vinculado. Children's Specialized Hospital específicamente renuncia a toda responsabilidad en relación con las acciones de cualquier persona, realizadas o no, con base en la totalidad o parte de la información u otro contenido de *Vivir seguro*.



Esta iniciativa fue financiada en parte por una subvención del programa Inclusive Healthy Communities Grant Program (Programa de Subvenciones para Comunidades Sanas e Inclusivas) de la División de Servicios para Discapacitados del Departamento de Servicios Humanos de Nueva Jersey.



© 2021 Children's Specialized Hospital