

¿Cómo lavarse las manos?



1.- Moje sus manos con agua.



2.- Deposite en la palma de una mano 3 ml de jabón aproximadamente.



3.- Frote las palmas de sus manos entre sí.



4.- Frote el dorso de una mano con la palma de la otra entrelazando los dedos y viceversa.



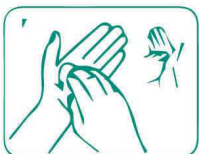
5.- Frótese las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados.



6.- Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra, abrazándose entre sí.



7.- Frótese con movimiento circular el pulgar de una mano con la palma de la opuesta, abrazando su dedo y viceversa.



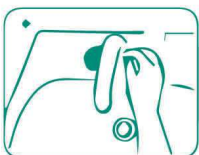
8.- Frote la punta de los dedos de una mano sobre la palma de la otra moviendo los dedos en círculo y viceversa.



9.- Enuaje sus manos completamente con agua.



10.- Seque sus manos con una toalla desechable.



8.- Utilice esta toalla para cerrar la llave de agua.



La higiene de manos, Es tarea de todos

¿Necesita más información?
¡Comuníquese con nosotros con gusto le atenderemos!

(662) 259 9090
ext: 3710

Departamento de Epidemiología



Higiene de manos para pacientes

Ayúdanos para ayudarte
Por favor limpia tus manos

Segundos que salvan vidas
¡Limpia tus manos!



En Hospital CIMA queremos que forme parte de nuestra campaña por la Higiene de las manos. Todos tenemos una parte del juego, la higiene de manos es uno de los elementos más básicos de prevención y control de infecciones.



¿Cuándo practicar higiene de las manos?



- Al llegar al Hospital.
- Antes de tomar un medicamento.
- Antes de comer.
- Después de usar el baño.
- Después de limpiarse la nariz.
- Antes de dejar el hospital.



¿Cómo mantener las manos limpias?

- Lavándose las manos con agua y jabón.
- Frotándose las manos con gel alcoholado.



¿Cómo puede colaborar en la campaña por la higiene de manos?

- No permita que el personal del hospital le brinde cuidados sin practicar antes higiene de manos.
- Pida a sus familiares y amigos que limpien sus manos al llegar a visitarlo y antes de irse.

For more information about hands hygiene

