



## SUGERENCIAS GENERALES

- Repase las instrucciones que aparecen en la siguiente página con respecto al cambio de pañales, el lavado de manos, la limpieza y la desinfección.
- Imprima la sección de “Para cambiar pañales” (CD Bebés 26c) y cuélguela sobre las mesas para cambiar al bebé, facilitando así la tarea de los líderes.
- Cuelgue la receta de la mezcla desinfectante sobre el lavamanos, para referencia: **4 tazas de agua + 1 cucharada de cloro.**
- Prepare esta mezcla desinfectante cada día. Colóquela dentro de una botella de aerosol (claramente identificada) para limpiar fácilmente los juguetes y las cunas. Manténgala fuera del alcance de los niños. Cuelgue la sección “Limpiar y Desinfectar” del Cartel sobre la Higiene (CD Bebés 26e) para que los líderes puedan verlo fácilmente.
- Lávese las manos vigorosamente por lo menos 15 segundos antes de dar de comer a un niño, antes y después de tratar una herida o corte, después de ayudar a un niño en el baño, y después de limpiar la nariz o la boca de un niño (o la suya).
- Imprima la hoja “Para lavarse las manos” (CD Bebés 26d) y cuélguelo cerca del lavamanos como recordatorio para los líderes.

- Limpie las cunas antes y después de la primera sesión y después de cada sesión subsecuente. Lave los barrotos, los costados y los colchones con agua tibia enjabonada y luego rocíelos con la mezcla desinfectante. Cuando todo se seque, coloque sábanas limpias sobre los colchones.

## PRÁCTICAS SABIAS DE LA LIMPIEZA

- Limpie las heridas cuidadosamente. Lávese las manos y póngase guantes desechables antes de limpiar cualquier herida. Mantenga cubiertas las heridas o los cortes. Lave y desinfecte sus manos después de sacarse los guantes.
- Limpie los juguetes después de usarlos. Cada vez que un niño toca o se lleva a la boca un juguete, quítelo del área de juego hasta que se limpie. Lave los juguetes dentro de un recipiente con agua tibia y jabón; rocíelos con la mezcla desinfectante; luego enjuáguelos con agua limpia. Permita que los juguetes se sequen al aire antes de volver a ofrecérselos a otro preescolar.
- Limpie las cunas antes y después de la primera sesión y después de cada sesión subsecuente. Lave los barrotos, los costados y los colchones con agua tibia enjabonada y luego rocíelos con la mezcla desinfectante. Cuando todo se seque, coloque sábanas limpias sobre los colchones.



# SUGERENCIAS SOBRE LA HIGIENE

## CAMBIO DE PAÑALES

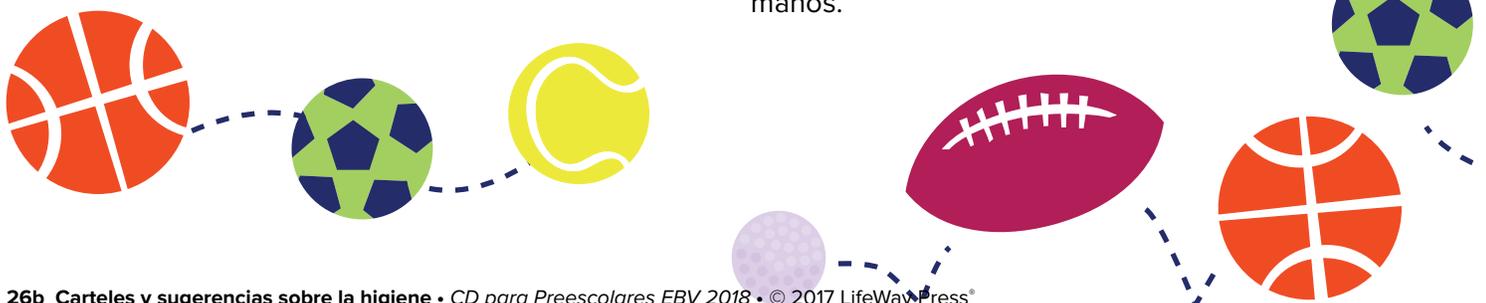
- Use guantes desechables y cambie el pañal de cada bebé en su propia cuna sobre una colchoneta de vinílico si la tiene disponible. Las colchonetas de vinílico son más recomendables que la mesa para cambiarlos.
- Si usa la mesa para cambiar, use las tiras de seguridad apropiadas para sujetar al niño. Después de cada uso, limpie la mesa y las tiras con la mezcla desinfectante.
- Coloque una hoja de papel encerado sobre un pañal limpio y abierto y deslice ambos debajo del niño.
- Quite el pañal sucio, envuélvalo con el papel encerado y apártelo para tirarlo a la basura.
- Limpie al niño y colóquelo el nuevo pañal.
- Quite alguna sábana manchada de la cuna; desinfecte el colchón; ponga otra sábana limpia.
- Quítese los guantes enrollándolos (de adentro hacia afuera) y póngalos sobre el pañal sucio. Tire la basura en un cesto con tapa.
- Lávese bien las manos después de cambiar cada pañal.

## LAVADO DE MANOS

- Lávese las manos antes de dar de comer a un niño, antes y después de tratar una herida o corte, después de ayudar al niño a ir al baño y después de limpiar la nariz o la boca de un niño (o la suya).
- Use jabón y agua lo más tibia posible. Frote el frente y el dorso de sus manos vigorosamente por lo menos durante 15 segundos.
- Seque sus manos con toallas de papel. Tire las toallas en el cesto con tapa.

## AYUDE A LOS NIÑOS A LAVARSE LAS MANOS

- Guíe a los preescolares a lavarse las manos antes de comer, después de ir al baño, después de salir afuera y después de actividades en las que han usado pintura o plastilina.
- Provea jabón y abra la llave del agua para los preescolares que no puedan hacerlo por sí mismos.
- Ajuste la temperatura del agua para que salga tibia y tóquela para asegurarse que no está demasiado caliente.
- Invite a los preescolares a ponerse jabón en las manos y luego frotarlas vigorosamente por lo menos 15 segundos. (Los líderes pueden demostrar cómo hacerlo).
- Provea toallas de papel para secarse las manos.



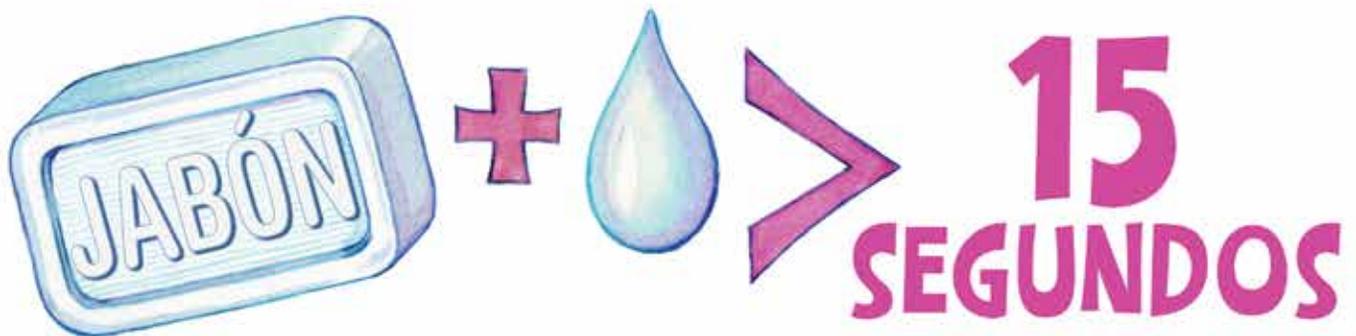
# PARA CAMBIAR PAÑALES



# PARA LAVARSE LAS MANOS

## LÁVESE LAS MANOS...

- antes de alimentar a un niño.
- antes y después de curar una herida.
- después de ayudar a un niño a ir al baño.
- después de limpiarle la nariz o las manos a un niño (o usted mismo).



## AYUDE A LOS PREESCOLARES A LAVARSE LAS MANOS...

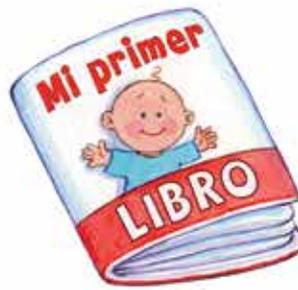
- antes de comer.
- después de ir al baño.
- después de estar afuera.
- después de actividades tales como pintar o usar plastilina.

# LIMPIAR Y DESINFECTAR

4 tazas de agua + 1 cucharada de cloro =



Limpie los juguetes y los libros...



...cada vez que son manipulados o que un niño se lo lleve a la boca.

Limpie las cunas y los tapetes...



...antes de la primera sesión y después de cada sesión.