

# Qué hacer con su infección de la piel

	<b>Lávese las manos</b>	Use jabón y agua tibia al menos 15 segundos cada vez o use un desinfectante de manos. Antes de comer. Después de usar el baño. Después de sonarse o tocarse la nariz.
	<b>Báñese diariamente con jabón</b>	No use esponjas ni estropajos para el cuerpo para bañarse. Si el vendaje se humedece, reemplácelo.
	<b>Póngase ropa limpia</b>	Después de bañarse. Si hay pus en su ropa.
	<b>Lave la ropa después de cada uso</b>	el uniforme, la ropa de práctica, la ropa interior, la toalla y la toallita para el cuerpo.
	<b>No comparta sus artículos personales</b>	Como ropa, equipo, cremas, rastrillos, maquillaje, cortaúñas, toallas, toallitas para el cuerpo ni barras de jabón.
	<b>No deje que los demás le toquen el área infectada. ¡Nunca APRIETE ni REVIENTE los forúnculos! ¡Eso propaga la infección!</b>	
	<b>Manténgala cubierta</b>	Limpie las cortadas y raspones y cúbralos con vendaje. Si se le cae el vendaje, tírelo en una bolsa plástica y lávese las manos. Diga al entrenador atlético, al entrenador o a la enfermera escolar que necesita nuevo vendaje.
	<b>Sumérgala</b>	Sumerja el área infectada en agua tibia o humedézcala con un paño tibio y húmedo 2-3 veces al día por 20 minutos a la vez. Si le sale pus, pida un vendaje seco limpio. No debe usar las piscinas de hidromasaje, los jacuzzis ni las piscinas hasta que sus heridas sanen.
	<b>Medicina</b>	No comparta medicinas con nadie. TERMÍNESE todos los antibióticos que el doctor le recete. Las últimas pastillas matan los gérmenes más fuertes.
	<b>Informe al entrenador atlético, a la enfermera escolar, al entrenador o al doctor DE INMEDIATO.</b>	Si tiene fiebre o escalofríos. Si ve rayas rojas que irradian del área infectada. Si su infección empieza a oler feo.
		

Unidad de Control de Enfermedades Infecciosas Stock No. 0-3 0/2007

## Cómo cuidar las heridas que drenan o no han sanado



### *Cómo cambiar su propio vendaje:*

- **Reúna sus artículos para cambiar el vendaje**
  - Bolsa de basura plástica
  - Guantes plásticos
  - Jabón o desinfectante para manos que tenga alcohol
  - Vendaje
  - Cotonete
- **Lávese las manos con jabón y agua caliente o utilice desinfectante para manos que tenga alcohol**
- **Póngase guantes limpios justo antes de tocar la piel alrededor de la herida**
- **Siga las indicaciones de la enfermera o médico para cambiar el vendaje**
- **Ponga el vendaje utilizado en la bolsa de basura**
- **Ponga todos los artículos sucios, como los cotonetes, en la bolsa de basura**
- **Quítese los guantes plásticos y póngalos en la bolsa de basura**
- **Cierre la bolsa de basura y ponga la bolsa en la basura común**
- **Lávese las manos otra vez- aun cuando haya traído guantes puestos -con jabón agua caliente o utilice desinfectante para manos que tenga alcohol**

### *Mientras cambie el vendaje:*

**NO TOQUE NINGUNA PARTE DEL CUERPO**

**NO TOQUE NADA A SU ALREDEDOR-COMO LA CAMA, EL LAVABO, LA LLAVE DEL AGUA O TOALLAS**

**NO TOQUE A NINGUNA OTRA PERSONA**

### *Cuándo cambiar el vendaje:*

- **Tantas veces como el médico o enfermera le indique**
- **Cuando vea pus o drenaje en el vendaje**