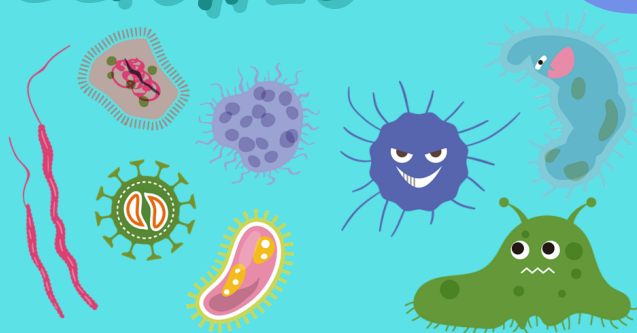


PREVENCIÓN DE INFECCIONES



1

LAVARSE LAS MANOS

Lavarse las manos es una de las mejores formas de ayudar a prevenir una infección. Las personas con enfermedades oncológicas, sus familias y otros cuidadores deben lavarse las manos con agua limpia y jabón muchas veces por día. Si no tiene agua y jabón a la mano, puede utilizar geles a base de alcohol para higienizarse.

Cuándo debe lavarse las manos:

ANTES DE

- Preparar la comida
- Comer

DESPUÉS DE

- Usar el baño
- Sonarse la nariz, toser o estornudar
- Dar la mano
- Tener contacto con personas o cosas que puedan transportar gérmenes, como por ejemplo:
 - Pañales o un niño que acaba de ir al baño
 - Comida que no está cocida (carne cruda, huevos crudos o vegetales sin lavar)
 - Animales o excrementos de animales
 - Basura
 - Una persona enferma



SEGURIDAD DE LOS ALIMENTOS

2

Una bacteria, denominada salmonella, presente en algunos alimentos puede ser especialmente perjudicial para los pacientes con enfermedades oncológicas. Por se debe:

- Lavarse las manos, lavar las tablas de cortar, las superficies de apoyo, los cuchillos y otros utensilios después de que hayan tenido contacto con alimentos crudos.
- Lavar bien los vegetales y las frutas antes de **comerlos**.
- Cocinar bien la carne.
- No comer huevos crudos ni mal cocidos.
- No consumir leche ni otros productos lácteos (quesos) crudos o no pasteurizados. Asegúrese de que estos alimentos tengan una etiqueta que diga que son “pasteurizados”.



3

VACUNAS AL DÍA

- Niños y adultos deben mantener su carnet de vacunación al día
- Recordar la nueva vacuna para COVID 19



USO DE MASCARILLA

4

- Uso de tapabocas en transporte público e instituciones de salud
- Si presenta síntomas gripales
- Si presenta disminución de sus defensas

