

Guía para el lavado de manos en el hogar



Las manos limpias son fundamentales para prevenir la propagación de enfermedades. Las medidas sanitarias y la higiene se vuelven especialmente importantes durante una emergencia, como un desastre natural, cuando encontrar agua limpia y segura puede ser difícil.

Es especialmente importante lavarse las manos después de ir al baño, antes de comer y/o preparar alimentos. Si bien es mejor lavarse las manos con agua y jabón, existen alternativas.

¿Cómo puedo lavarme las manos sin agua corriente limpia?

OPCIÓN 1: Establece una estación de lavado de manos.

Paso 1: Limpia y desinfecta el recipiente de agua o el dispensador de bebidas.

Para desinfectar el recipiente de agua:

- Usa dos cucharadas de cloro doméstico sin perfume en un galón de agua.
- Mueve el agua para cubrir todas las superficies.
- Deja reposar la mezcla de cloro durante cinco minutos y drénala del recipiente; no enjuagues el recipiente.

Paso 2: Llena el recipiente con agua de una fuente aprobada.

Paso 3: Establece la estación.



OPCIÓN 2: Usa desinfectantes o toallitas para manos a base de alcohol que contengan al menos un 60% de alcohol. Sin embargo, los desinfectantes no eliminan todos los tipos de gérmenes y es posible que no eliminen los productos químicos nocivos. Los desinfectantes para manos pueden no ser tan efectivos cuando las manos están visiblemente sucias o grasientas.

Nota: Las toallitas para bebés no están diseñadas para eliminar los gérmenes de tus manos. Pueden hacer que tus manos se vean limpias, pero no eliminan de manera confiable los gérmenes de las manos.

No utilices toallitas desinfectantes para limpiar la piel, ya que pueden causar irritación.

OPCIÓN 3: Si estás bajo un aviso de hervir agua, sigue las instrucciones de tu proveedor de agua con respecto al lavado de manos. Si tus manos están visiblemente sucias o grasosas, puedes lavarte las manos con jabón y agua no potable, secarte las manos y usar desinfectante para manos a base de alcohol.



NOTA: LAS OPCIONES ANTERIORES NO SE APLICAN A LOS CENTROS DE ATENCIÓN MÉDICA.



DEPARTAMENTO DE
**SALUD Y SERVICIOS
HUMANOS DE
CAROLINA DEL NORTE**
División de Salud Pública

www.ncdhhs.gov • NCDHHS es un empleador y proveedor que ofrece igualdad de oportunidades. • 10/2024