

PARA SITUACIONES DE EMERGENCIA

Cómo cambiar los pañales de manera higiénica y segura para reducir la propagación de los gérmenes

Como medida de seguridad, ¡mantén una de tus manos sobre el niño en todo momento!



1. PREPÁRATE

- Lleva todos los artículos que necesites (p. ej., el pañal nuevo, las toallitas húmedas, la crema de pañales, la bolsa plástica o impermeable para la ropa sucia, la ropa extra) al área donde vayas a cambiar el pañal.
- Si es posible, cubre la superficie del lugar donde cambiarás el pañal con una cubierta desechable.
- Si no tienes cubierta desechable, limpia toda la superficie con un desinfectante. Lee y sigue las instrucciones del pote de spray, pote líquido o de la toallita húmeda desinfectante.



2. LIMPIA AL NIÑO

- Coloca al niño sobre la superficie en donde lo vas a cambiar y abre el pañal.
- Limpia el área que va a cubrir el pañal con toallitas húmedas desechables o con un trapo limpio húmedo. ¡Limpia siempre de adelante hacia atrás!
- Mantén el pañal o la ropa que estén sucios alejados de toda superficie que no se pueda limpiar fácilmente. Pon la ropa sucia en una bolsa evitando tocar la parte sucia.



3. DESECHA LA BASURA

- Coloca las toallitas húmedas que hayas usado adentro del pañal.
- Bota el pañal y las toallitas húmedas sucios a la basura.



4. CAMBIA EL PAÑAL

- Desliza un pañal limpio por debajo del niño.
- Aplica la crema de pañales, si es necesario.
- Ponle el pañal al niño y vístelo.



5. LAVA LAS MANOS DEL NIÑO

- Usa agua y jabón para lavarle bien las manos al niño.
- Si no hay lugar para lavarse las manos en el sitio en que estás cambiando el pañal, limpia las manos del niño con un desinfectante para manos y tan pronto sea posible, lávale las manos con agua y jabón.
- Pon al niño en un área segura (p. ej., en un cargador de bebé colocado sobre el piso al lado tuyo o al lado de otra persona encargada del niño).



6. LIMPIA

- Quita la cubierta desechable del área en donde cambiaste el pañal y bótala a la basura.
- Limpia, si quedó algo sucio, con toallas de papel húmedas o con toallitas húmedas para bebés.
- Limpia **toda la superficie** con un desinfectante. Lee y sigue las instrucciones del pote de spray, pote líquido o de la toallita húmeda desinfectante.



7. LÁVATE LAS MANOS

- Lávate bien las manos con agua y jabón.
- Si no hay lugar para lavarse las manos en el sitio en donde cambiaste el pañal, limpia las manos con un desinfectante para manos y tan pronto sea posible, lávate las manos con agua y jabón.



Centers for Disease
Control and Prevention
National Center for Emerging and
Zoonotic Infectious Diseases