

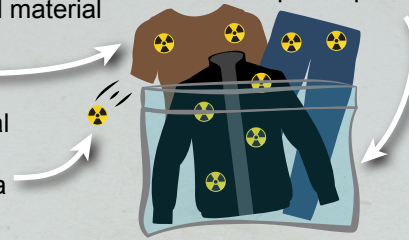
CÓMO DESCONTAMINARSE USTED Y DESCONTAMINAR A OTROS

① QUÍTESE LA CAPA EXTERIOR DE ROPA



Al quitarse la capa exterior de ropa se puede eliminar hasta el 90 % del material radiactivo.

Tenga mucho cuidado al quitarse la ropa para evitar que se desprenda el polvo radiactivo.



Coloque la ropa en una bolsa de plástico o en otro recipiente que se pueda cerrar bien.

Coloque la bolsa en un lugar apartado, lejos de otras personas y mascotas.



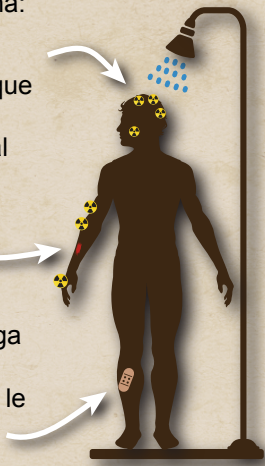
② LÁVESE

Si puede tomar una ducha:

Use jabón y champú. No use acondicionador, porque hará que el material radiactivo se le adhiera al cabello.

No se queme la piel con agua caliente, ni se la frote ni rasque.

Cuando se lave, mantenga cubiertos los cortes y raspones para evitar que le entre material radiactivo en las heridas abiertas.



Si no puede tomar una ducha:

Lávese las manos, la cara y las partes del cuerpo que estuvieron descubiertas en un lavabo o un grifo. Use jabón y mucha agua.



Si no puede usar un lavabo o un grifo:

Use una toallita húmeda, un paño limpio humedecido o una toalla de papel humedecida para limpiarse las partes del cuerpo que estuvieron descubiertas. Póngale especial atención a la cara y las manos.



Suénese la nariz y límpiense los párpados, las pestañas y las orejas con una toallita húmeda, un paño limpio humedecido o una toalla de papel humedecida.



③ PÓNGASE ROPA LIMPIA

Si tiene ropa limpia:

Puede usar de manera segura la ropa que esté guardada en un armario o cajón lejos del material radiactivo.



Quítese la capa exterior de ropa, sacuda o cepíllela y vuelva a ponérsela.



Si no tiene ropa limpia:

Vuelva a lavarse las manos, la cara y la piel expuesta en un lavabo o un grifo.



④ AYUDE A OTROS Y A LAS MASCOTAS



Si puede, use guantes impermeables y una mascarilla antipolvo.

Cuando los lave mantenga cubiertos los cortes y raspones para evitar que les entre material radiactivo en las heridas.



Vuelva a lavarse las manos, la cara y las partes del cuerpo descubiertas en un lavabo o un grifo.

ESTÉ ATENTO A LA INFORMACIÓN ACTUALIZADA QUE BRINDEN LOS FUNCIONARIOS DE SALUD PÚBLICA



U.S. Department of Health and Human Services
Centers for Disease Control and Prevention

<http://emergency.cdc.gov/radiation>