

# Hablemos Acerca De...

## Las visitas en casa: familiares y amigos

Es probable que tenga amigos y familiares que desean visitar a su hijo en casa mientras se recupera de una enfermedad. Es mejor establecer algunas reglas de visita.

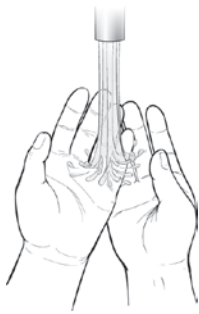
Mientras estaba en el hospital, su hijo luchó mucho para recobrar las fuerzas y la energía para volver a casa. Ahora necesitará descansar lo suficiente y estar tranquilo por más tiempo. Pero será aún más importante que no esté en contacto con personas enfermas durante su recuperación.

### Limitar las visitas

Es importante limitar las visitas, pero en ocasiones resulta difícil decirles que se mantengan alejados sin herir sus sentimientos. A continuación le presentamos algunas sugerencias que podrían ser útiles:

- Dígame a sus visitas que tiene instrucciones estrictas por parte de los médicos y las enfermeras de limitar las visitas, especialmente a cualquiera que pueda tener una enfermedad contagiosa. En cuanto los médicos consideren adecuado recibir visitas, serán más que bienvenidos.

### Lavado de manos con agua y jabón



Moje sus manos con agua tibia de la llave.



Aplique jabón líquido o use una barra de jabón limpia. Enjabónese bien haciendo espuma. todas las superficies de sus manos y dedos.



Frote sus manos vigorosamente durante al menos 15 a 20 segundos. Asegúrese de tallar todas las superficies de sus manos y dedos.



Enjuáguese bien. Seque sus manos con una toalla limpia o desechable.



Utilice una toalla para cerrar el grifo.

### Lavado con un producto para frotar las manos



Utilice un producto que contenga alcohol al menos al 60 %. Aplique el producto sobre la palma de su mano. Lea la etiqueta del producto para ver la cantidad que debe aplicar.



Asegúrese de frotar toda la superficie de sus manos y dedos.

Frótese las manos hasta que estén secas.



- Utilice un contestador automático o un identificador de llamadas para filtrar las llamadas. Esto no le hará perder llamadas importantes, sino que le permitirá atender las necesidades de su hijo y volver a comunicarse con esas personas cuando sea un mejor momento para usted.
- Haga que su hijo duerma en su habitación durante el día. Es difícil rechazar a las visitas inesperadas, a menos que su hijo esté durmiendo y usted pueda decirles que no deben molestarlo. Si él se encuentra en una habitación común, las visitas inesperadas lo pueden molestar.
- Intente no salir con su hijo a lugares llenos de gente como centros comerciales y almacenes. Si debe salir con él, y se trata de un bebé, cúbrale el rostro ligeramente para evitar que la gente se le acerque demasiado.

## Lavarse las manos

- Solicite que todas las visitas se laven bien las manos. Les puede decir que el médico solicita lavarse bien las manos hasta que su hijo se recupere. De esta manera ayudará a que las visitas no se sientan insultadas. Es posible que si lo ven hacerlo a usted primero, ellos se laven las manos por su cuenta. Siga estas pautas sobre el lavado de manos:
  - 1 Lavarse las manos con agua corriente tibia y jabón durante 10-15 segundos.
  - 2 Enjuagarse bien después de enjabonarse.
  - 3 Usar una toalla de papel para cerrar el grifo. Esto evitará el contacto con los virus o bacterias del mismo.
  - 4 Si a simple vista sus manos no parecen estar sucias, en lugar de lavarse puede usar un desinfectante antibacteriano para manos.