
Instrucciones de alta: cómo usar la técnica de guantes estériles

El proveedor de atención médica quiere que cambie un vendaje o que lleve a cabo otro cuidado utilizando la técnica de guantes estériles. "Estéril" quiere decir que no tiene microbios. La técnica de los guantes estériles es una manera de protegerse de infecciones. En el hospital le enseñaron la técnica estéril. Con esta hoja de información podrá recordar esos pasos cuando esté en su casa.

Recomendaciones generales

- Use una mascarilla si se lo indicaron.
- Lávese bien las manos con agua corriente limpia y jabón o use un desinfectante para manos a base de alcohol antes y después de hacer cualquier procedimiento estéril.
- Prepare un área de trabajo limpia cada vez que use esta técnica. No trabaje en el baño. En el baño hay demasiados microbios.
- Cuando toque los materiales, asegúrese de que se mantengan estériles y secos.
- Cuando manipule un paquete de productos estériles con las manos sin guantes, toque solamente la envoltura exterior. No toque los productos estériles que vienen adentro sin los guantes.
- No trabaje por encima de los materiales estériles mientras lleve a cabo el cuidado.
- Tenga listos todos los demás elementos que necesite para el procedimiento antes de colocarse los guantes estériles.

Paso 1. Prepare un área de trabajo limpia

- No deje que se acerquen los niños ni las mascotas al lugar donde está trabajando.
- Limpie las superficies lavables con agua y jabón y séquelas con una toalla de papel.
- Limpie las superficies que no son lavables (como tela o madera) para que queden sin polvo. Coloque un paño limpio o una toalla de papel sobre el lugar donde va a trabajar.
- Si va a toser o estornudar, cubra la superficie de trabajo y los materiales. Aléjese de estos.



Paso 2. Abra el paquete exterior

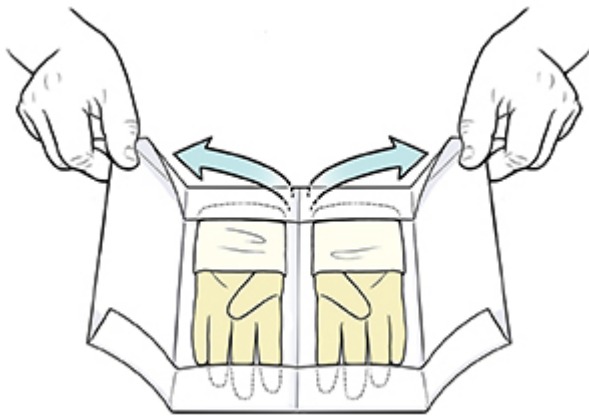
- Abra el paquete exterior (los guantes se encuentran en otra envoltura adentro).
- Lávese las manos.
- Abra la envoltura interior.
- Tocando solo la parte externa de la envoltura, coloque los guantes estériles envueltos sobre la superficie de trabajo limpia y seca.
- No coloque los guantes envueltos sobre el paquete exterior.
- Solo tocando los bordes, abra la envoltura interior para ver ambos guantes.



Paso 3. Lávese las manos

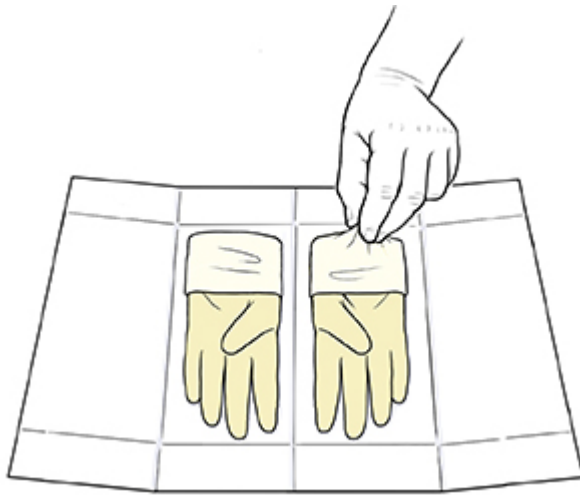
- Abra la llave del agua.
- Mójese las manos y las muñecas.

- Use jabón líquido de un dispensador con bomba. Haga mucha espuma.
- Lávese bien las manos durante al menos 20 segundos. Esto equivale al tiempo que se tarda en cantar dos veces la canción de feliz cumpleaños.
- Enjuáguese las manos con los dedos apuntando hacia abajo.
- Séquese las manos con una toalla de papel. Con esta toalla, cierre la llave.
- Recuerde que después de lavarse las manos no debe tocar nada más que los materiales. Se debe lavar las manos de nuevo si toca algo más, como los muebles o su ropa.



Paso 4. Colóquese el primer guante

- Use la mano con la que escribe y sujete el guante de la mano opuesta por la orilla doblada del puño.
- Levante el guante por la orilla doblada.
- Meta la mano dentro del guante. Mantenga la mano plana y el dedo gordo pegado a la mano.
- Jale el guante para cubrir la mano.
- Tenga cuidado de no tocar el exterior del guante. Toque solamente la parte del guante que estará en contacto con la piel.
- Mantenga el puño del guante doblado.



Paso 5. Colóquese el segundo guante

- Ahora, meta los dedos de la mano cubierta por el guante debajo del puño doblado del otro guante.
- Levante el segundo guante.
- Cubra los dedos con el guante. La mano que usted quiere cubrir con el guante debe estar plana. Mantenga el pulgar de la mano que ya está cubierta por el otro guante hacia arriba y hacia atrás para que no toque la palma ni el puño de la mano que aún no está cubierta por el guante.
- Jale el guante para cubrirse la mano.
- Ajuste cada guante hasta que queden bien puestos. Ajuste los dedos una vez que se haya colocado ambos guantes.
- Meta los dedos debajo del puño doblado para jalar hacia arriba o para ajustar los guantes.



Paso 6. Una vez que se haya colocado los guantes

- Una vez que tenga los guantes puestos, mantenga las manos enfrente del cuerpo y arriba de la cintura. No toque nada fuera del campo estéril.
- Si interrumpe el procedimiento estéril, quítese los guantes, agarre un nuevo paquete y comience de nuevo.

Cuando termine el procedimiento, deseche los guantes y los otros materiales que usó según le haya indicado el proveedor de atención médica.

Seguimiento

Programe una cita de seguimiento con el proveedor de atención médica, o según le hayan indicado.