



## ¡Acabe con los Microbios!

### Sugerencias Para el Control de las Infecciones en los Niños Jóvenes

por Keri Spielvogle, M.C.D., CCC-SLP

Es cierto, los niños jóvenes son portadores de enfermedades. Desde un resfriado común hasta una gripe, si es contagioso, ¡los niños lo cargan! ¿Cómo los niños vienen en contacto con todos esos microbios? Bueno, los niños son naturalmente curiosos. Ellos recogen y examinan todo lo que se ve interesante dondequiera que estén. También, a menos que sean enseñados o monitoreados, los niños jóvenes generalmente no se lavan las manos frecuentemente o no se cubren la boca cuando estornudan o tocan. A los niños también les gusta tocar a los adultos y a otros niños, recogiendo y pasando los microbios con cada toque.



Los niños serán niños, pero como adultos, es nuestra responsabilidad estar seguros que la infección no se propague. Muchos estados y agencias estadounidenses tienen procedimientos específicos para el control de infecciones. El listado siguiente es simplemente sugerencias para ayudarlo a mantener su área de trabajo libre de microbios.

### ¿Cómo sé que está verdaderamente limpio?

Puede verse limpio y oler limpio, pero si no está desinfectado adecuadamente, no está libre de microbios. Así que, ¿Cómo puedo limpiar todos mis materiales y cuán frecuente debo hacerlo?

- **Juguetes suaves/lisos** – Este material es el más fácil de limpiar. Mire a su alrededor y fíjese en todos los juguetes plásticos que tiene en sus provisiones. Es más probable que usted tenga pelotas, juegos de una granja, burbujas, carros, ¡nombrando solo unos pocos! Los artículos que son sumergibles (artículos plásticos que no contienen componentes electrónicos) se limpian fácilmente con una solución de blanqueador y agua caliente. Siga las instrucciones en el envase para desinfectar y sumergir los juguetes en ésta solución. Remoje los juguetes por un rato (por lo menos 15 minutos) y sáquelos de la solución. Permita que se sequen completamente antes de guardarlos. Esté seguro de no dejar caer ésta solución en su ropa, alfombra, o cualquier otra tela porque lo blanqueará. Cuando los juguetes se sequen, pulverícelos ligeramente con un aerosol desinfectante como el Lysol® para matar los microbios que queden. Lave los juguetes en una solución de blanqueador y agua por lo menos una vez por semana, pero pulverícelos con el aerosol desinfectante después de cada uso.
- **Juguetes de goma espuma** – Algunos juguetes de goma espuma son hidrosolubles, lo cual no pueden limpiarse bajo la sumersión total en una solución de blanqueador y agua. Use las toallas bactericidas en combinación con un aerosol desinfectante después de cada uso.
- **Juguetes electrónicos** – Los juguetes electrónicos (como un piano, carros, etcétera) no deben mojarse. Cuidadosamente limpie las superficies con una toalla bactericida,

prestándole mucha atención a dónde los niños actualmente vienen en contacto con el juguete. Déjelo secar y pulverícelo con un aerosol desinfectante. Para evitar hacerle daño a los juguetes, evite pulverizar alrededor de la cobertura de la batería, las luces, o cualquier pieza que se mueva.

- **Juguetes de madera** – Es fácil limpiar los juguetes de madera que son tratados con pintura o laqueados. La madera que no ha sido tratada tiene una superficie porosa que retiene agua y microbios. Limpie los juguetes de madera que han sido tratados (incluyendo los rompecabezas) con una toalla bactericida y pulverícelos con un aerosol desinfectante. Los juguetes que no han sido tratados no son los mejores para los niños jóvenes debido a la dificultad para limpiarlos y la posibilidad de herirse (astillas).



- **Juguetes de tela** – Los juguetes de tela son los más difíciles para limpiar debido a que son naturalmente porosos. La única verdadera manera de desinfectarlos es lavándolos en agua caliente con una solución de blanqueador y detergente. Asegúrese de enjuagarlos y secarlos completamente para inhibir el crecimiento de microbios. Usted también puede pulverizarlos con un aerosol desinfectante después de cada uso. Sin embargo, según pasa el tiempo, sus juguetes se verán desgastados, así que reemplázelos frecuentemente.
- **Libros** – Los libros son difíciles de limpiar porque se dañan fácilmente. La mejor opción para limpiar las páginas es usando una toalla húmeda o una toalla bactericida. Muchos de los libros infantiles son de cartón laminado con plástico, así que éstos tienden a ser más fáciles que los que tienen páginas suaves. No sumerja los libros en agua.

Frecuentemente, la transmisión de microbios viene del contacto de mano-a-mano. Lavándose las manos meticulosamente después de tener contacto disminuye el riesgo de pasarle los microbios a otras personas o superficies. Se recomienda que use jabón y agua tibia, prestándole mucha atención al área entre los dedos y las uñas. Lávelas con jabón por lo menos por treinta segundos. Enjuague las manos con agua tibia y séquelas completamente. Trate de no tocar las superficies después de lavarse las manos, incluyendo cerraduras de puertas, grifos de agua, y manillas del papel toalla, o arriesgará recoger más microbios. Anime a los niños jóvenes a lavarse sus manos frecuentemente mientras cantan una canción. Ellos sabrán que sus manos están limpias cuando la canción termine.

Los médicos profesionales recomiendan el uso de gel bactericida para las manos solo cuando el jabón y el agua no están disponibles o en conjunto con el jabón y el agua. Algunas veces el gel bactericida solo mata los microbios más débiles, permitiendo la transmisión de otros tipos de microbios más fuertes. Si el jabón y el agua tibia no están disponibles, use el gel bactericida para las manos hasta que pueda llegar a un lavamanos.

Manteniendo sus juguetes, provisiones, y manos limpias es solamente parte de la batalla. Practique usando el sentido común cuando trabaje con niños jóvenes. Si un niño/a se ve enfermo, se siente tibio, y tiene cualquier señal notable y síntomas de infección (moco en la nariz, toz, vómito, diarrea, etcétera), notifique al guardián de él/ella y sepárelo para que no tenga contacto con otros. ¡Practicando buenos hábitos sanitarios nos ayudará a combatir ésta temporada de resfriados y de gripe!

**Para más páginas educativas (Handy Handouts®), visite [www.handyhandouts.com](http://www.handyhandouts.com).**

\*Las páginas educativas (Handy Handouts®) de Super Duper® son para el uso personal y educacional solamente. Cualquier uso comercial es estrictamente prohibido.