

Piensa usted que se sabe lavar las manos?

Mojarse las manos con agua NO es suficiente. Para lavarse las manos se requiere, jabón, agua y frotarse las manos vigorosamente.

Los siguientes pasos asegurarán que sus manos queden limpias cada vez que se las lave:

- Utilise agua tibia y jabón
- Frote las manos vigorosamente por 20 segundos
- Lave la palma de la mano, parte delantera, debajo de las uñas, entre los dedos y muñeca
- Enjuague las manos completamente
- Seque las manos con papel toalla
- Utilise el papel toalla para cerrar la llave del agua
- Utilise el papel toalla inmediatamente después de salir del baño

Lávese las manos frecuentemente!!!

Que debe hacer si cree que tiene una infección en la piel MRSA?

- **Mantenga la piel afectada, llaga cubierta con gaza o por la ropa todo el tiempo.**
- **No comparta ropa, toallas o utensilios de efecto personal.**
- **Comuníquelo a la enfermera escolar inmediatamente para prevenir complicaciones futuras.**

Si es diagnosticado con una infección de la piel MRSA y se consulta con mas de un proveedor médico, porfavor déjele saber a cada proveedor médico su condición!!!

NJ Department of Health & Senior Services
Communicable Disease Service
PO Box 369
Trenton, NJ 08625-0369
609-588-7500

Para mas información visite:
[Http://nj.gov/health/cd/mrsa/index.shtml](http://nj.gov/health/cd/mrsa/index.shtml)

MRSA



Preveniendo Infecciones de la piel en lugares de atletismo



Jon S. Corzine
Governor



Fred M. Jacobs, MD, JD
Commissioner

Que es MRSA?

Methicillin-resistant *Staphylococcus aureus* (MRSA) es un tipo de bacteria resistente a tratamiento de ciertos antibióticos. Generalmente, MRSA causa infecciones de la piel, pero puede resultar en pulmonía e infecciones en el torrente sanguíneo. Anteriormente, ocurría en hospitales y ancianatos, pero hoy es mas frecuente en lugares de uso común como colegios y guarderías.

Las personas se pueden contagiar con MRSA al tocar personas infectadas u objetos y superficies infectadas. La bacteria puede entrar al sistema por medio de cortadas, raspones u otras aperturas en la piel.

Que debe saber un estudiante sobre MRSA?

La bacteria “Staph” puede existir en la piel de personas saludables, sin embargo un pequeño porcentaje es MRSA.

- A cualquiera persona la puede dar MRSA.
- MRSA se puede proliferar entre personas en contacto directo, tales como miembros de familia y participantes de juegos de contacto directo (por ejemplo football y lucha libre).
- MRSA NO se propaga por medio del aire.



Comportamientos, de alto riesgo asociados con MRSA

- Compartir artículos personales como navaja de afeitar, tableta de jabón, cosméticos o toallas
- Compartir ropa o uniformes lavados inapropiadamente
- Hacerse tatuajes y perforaciones en el cuerpo con equipo no esterilizado
- Entablar actividad sexual o contacto físico con personas infectadas con MRSA

- Compartir jeringuillas
- Compartir equipo atlético (hombreras o casco) no limpiados regularmente.

Como se puede proteger un estudiante?

La higiene personal es importante en prevenir y controlar la propagación de infecciones MRSA. Lavarse las manos frecuentemente, durante el día, bañarse después de juegos de contacto físico o de utilizar equipo de gimnasio y lavar la ropa con agua caliente ayudará a prevenir infecciones de la piel.

Es importante limpiar minuciosamente los equipos de gimnasia/deportes y alfombras de ejercicio después de ser usadas. También mantener la piel cubierta con ropa como una barrera adicional. Si tiene una herida, cúbrala con una venda de gasa.