

# RESPIRA sin IRA

Evita la IRA en ti  
Infecciones Respiratorias Agudas



## Mis cinco momentos para el lavado de manos

### 1 Antes de tocar al paciente

**¿Cuándo?**

Antes de tocar al paciente, cuando me aproxime a ella/él



### 2

### Antes de un procedimiento limpio o aséptico

**¿Cuándo?** Antes de realizar una tarea o un procedimiento aséptico

**¿Por qué?** Para proteger al paciente de los gérmenes dañinos, incluyendo los propios, que pueden entrar a su cuerpo

### 3

### Después del riesgo de exposición a fluidos

**¿Cuándo?** Después del riesgo de exposición a fluidos y de usar guantes

**¿Por qué?** Para protegerme a mí y el entorno de atención en salud de los gérmenes dañinos del paciente



### 4

### Después de tocar al paciente

**¿Cuándo?** Después de tocar al paciente y el entorno, cuando me retire de su lado

**¿Por qué?** Para protegerme a mí y el entorno de atención en salud de los gérmenes dañinos del paciente



### 5

### Después del contacto con el entorno del paciente

**¿Cuándo?** Después de tocar cualquier objeto o fómite (secreción) en el entorno inmediato del paciente, cuando me retire de allí, incluso si no he tocado al paciente

**¿Por qué?** Para protegerme a mí y el entorno de atención en salud de los gérmenes dañinos del paciente



ALCALDÍA MAYOR  
DE BOGOTÁ D.C.

BOGOTÁ  
MEJOR  
PARA TODOS