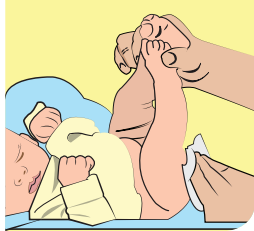


# Cómo cambiar pañales en su casa de manera segura y sin riesgos para la salud



Protéjase y proteja a sus hijos de los microbios al tomar las siguientes medidas cuando cambie pañales:



## 1. Limpie al niño

*Como medida de seguridad, mantenga una de sus manos sobre el niño en todo momento.*

- Ponga al niño sobre la superficie donde lo vaya a cambiar y afloje el pañal.
- Limpie el área que va a cubrir el pañal con toallitas húmedas nuevas. ¡Recuerde siempre limpiar de adelante hacia atrás!
- Mantenga el pañal usado y la ropa que se haya ensuciado alejados de las superficies que no se puedan limpiar fácilmente.



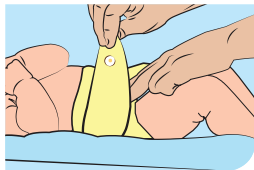
## 2. Quítele el pañal sucio

**Si usa pañales de tela:**

- Tire las toallitas húmedas desechables que estén usadas en un bote de basura con una bolsa de plástico adentro y con tapa o ponga las toallitas de tela en un recipiente para los pañales de tela usados.
- Si el niño ha hecho caca, doble el pañal para que quede cerrado y póngalo aparte por ahora, fuera del alcance del niño.
- Si el niño no ha hecho caca, ponga el pañal sucio en un recipiente para desechar los pañales de tela.

**Si usa pañales desechables:**

- Ponga las toallitas usadas dentro del pañal sucio.
- Ponga el pañal sucio y las toallitas usadas en un bote de basura con una bolsa de plástico adentro y tapa.



## 3. Cambie el pañal

- Deslice un pañal limpio por debajo del niño.
- Aplique la crema antipañalitis, si es necesario.
- Ajuste el pañal y vista al niño.



## 4. Lave las manos del niño

- [Lave las manos del niño](#) con agua y jabón y póngalo en un área segura y supervisada.



## 5. Limpie la superficie donde se cambian los pañales (especialmente si se ha derramado o filtrado el contenido de los pañales)

- Si la superficie donde se cambian los pañales es impermeable, limpie cualquier suciedad visible con toallas de papel húmedas o con toallitas húmedas para bebés. Luego, restriegue con un aerosol o toallita desinfectante y deje que la superficie se seque al aire.
- Si la superficie donde se cambian los pañales está cubierta de tela, quite el cobertor sucio y replácelo con uno limpio.



## 6. Bote la caca en el inodoro y tire la cadena (si usa pañales de tela)

- Si el niño había hecho caca en el pañal, bote la caca en el inodoro. Cuidese de no tocar ninguna otra superficie.
- Ponga el pañal sucio en el bote de basura o en el recipiente para desechar pañales.



## 7. Lávese las manos

- [Lávese bien las manos](#) con agua y jabón.



Centers for Disease  
Control and Prevention  
National Center for Emerging and  
Zoonotic Infectious Diseases