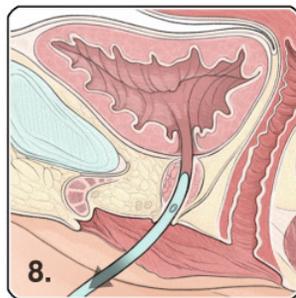
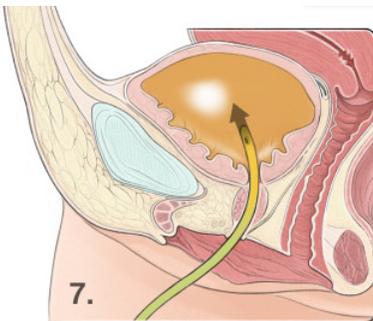
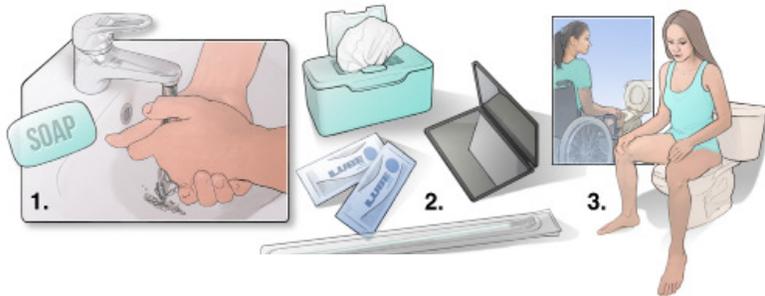


## Antes de comenzar, reúna sus provisiones:

- Catéter en envoltura sellada
- Lubricante si no se usa un catéter hidrofílico
- Materiales para lavar las manos
- Dispositivo de recolección si no se va a cateterizar al estar sentada en o cerca de un retrete



1. Lave sus manos muy bien con agua y jabón, o use un limpiador de manos antibacterial.
2. Coloque los suministros para que estén al alcance rápido.
3. Colóquese en una posición cómoda en el retrete o en una silla de ruedas con sus piernas separadas.
4. Prepare el catéter:
  - a. Catéter hidrofílico: si su catéter tiene un sobre de agua adentro, antes de abrir, exprima el paquete por la mitad dentro del paquete externo hasta que salga el líquido. Incline el paquete externo de un lado a otro o deje que se asiente durante 30 segundos si es necesario (siga las instrucciones específicas del empaque del fabricante). Abra el paquete externo y retire el nuevo catéter lubricado.
  - b. Si usa un lubricante, abra el catéter y retírelo del paquete. Aplique una cantidad generosa de lubricante a la punta y en las primeras varias pulgadas del catéter.
5. Con su mano no dominante, separe los labios con dos dedos para localizar la uretra. Con los labios separados, limpie el área uretral de frente hacia atrás con una toallita húmeda. Nunca limpie hacia atrás y hacia adelante sobre la abertura uretral.
6. Con su mano dominante, inserte suavemente el catéter en la abertura uretral, insertando hasta que la orina empiece a fluir.
7. Sostenga el catéter en su lugar hasta que la orina deje de fluir, vaciando completamente la vejiga.
8. Cuando la orina deje de fluir, gire lentamente el catéter entre sus dedos hasta retirar el catéter.
9. Deseche correctamente el catéter y los materiales usados. Lave sus manos.