

MANOS LIMPIAS *salvan vidas*

¿Cuándo debemos lavarnos las manos?



Antes de cocinar o manipular alimentos y de comer



Después de tocar dinero



Después de ir al baño



Después de sacar la basura



Después de usar transporte público



Después de jugar con mascotas



Después de visitar un hospital



Después de toser o estornudar



Debés lavarte las manos con **agua** y con **jabón**. Si no disponés de ellos, utilizá alcohol en gel.



Forma correcta de LAVARSE LAS MANOS

*Procedimiento
de lavado:
30 segundos*



Mojar las manos con agua.



Depositar en tu palma una cantidad de jabón suficiente para cubrir toda la superficie de las manos.



Frotar las palmas de las manos entre sí.



Frotar la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



Frotar las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados.



Frotar con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



Frotar la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, y viceversa.



Enjuagar con agua.



Secar tus manos con una toalla de papel.

**CONSEJOS
DIARIOS**



Llevá siempre alcohol en gel en la mochila o cartera



Mantené limpio el teclado de tu computadora



Limpiá tu teléfono (celular y fijo) con alcohol en gel