

Higiene de manos

¿Cuándo tengo que lavarme las manos?

- ✓ Antes de comer
- ✓ Antes, durante y después de preparar alimentos
- ✓ Antes y después de estar en contacto con una persona enferma
- ✓ Después de sonarse, toser o estornudar
- ✓ Después de ir al lavabo
- ✓ Después de haber tocado juguetes de los niños o de haber viajado en transporte público

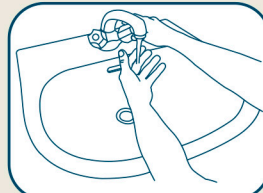


Cómo limpiarse las manos con un desinfectante alcohólico

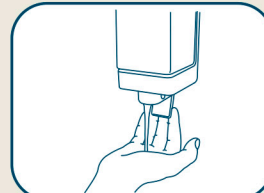
Cómo lavarse las manos con agua y jabón



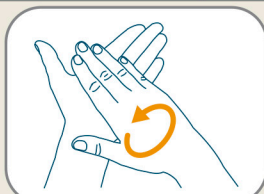
Deposite en la palma de la mano una cantidad de producto suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



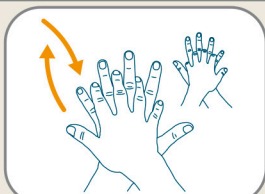
Mójese las manos con agua.



Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies a tratar.



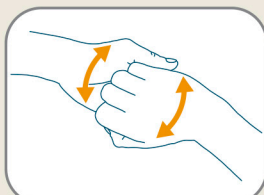
Frótese las palmas de las manos entre sí.



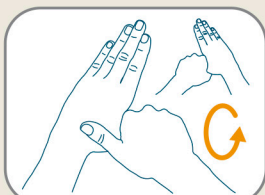
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



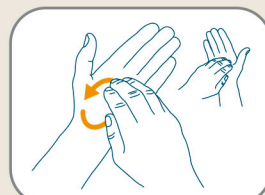
Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



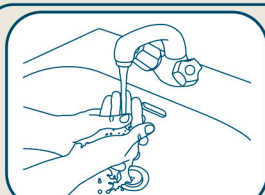
Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



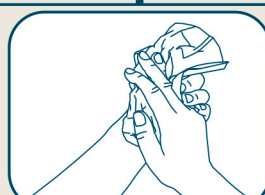
Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, rodeándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa.



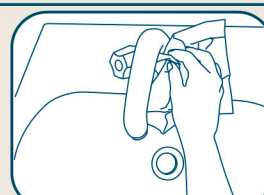
Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



Enjuáguese las manos con agua.



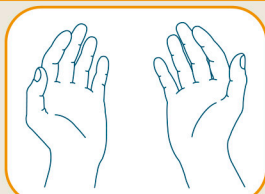
Séquelas con una toalla de un solo uso.



Utilice la toalla para cerrar el grifo.



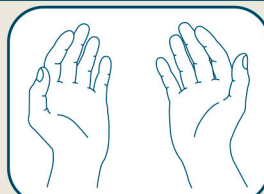
20-30 Segundos



Una vez secas, sus manos son seguras.



40-60 Segundos



Sus manos son seguras.