

¿Cómo hacerlo?

La higiene de manos es la **primera línea de defensa** frente a los gérmenes



1

Mojate las manos con agua.



2

Aplicá jabón para cubrir ambas manos.



3

Frotá las palmas de tus manos entre sí.



4

Frotá el dorso de una mano con la palma de la otra, entrelazando los dedos.



5

Frotá las palmas de las manos entrelazando los dedos.



6

Frotá el dorso de los dedos con la palma de la otra mano.



7

Frotá el pulgar con un movimiento de rotación.



8

Frotá la punta de los dedos con un movimiento de rotación en la otra palma.



9

Enjuagá tus manos con agua.



10^a

Secalas con una toalla descartable.



10^b

Utilizá la toalla para cerrar el grifo.



11

Tus manos están **SEGURAS.**

¿Cuándo lavar tus manos?

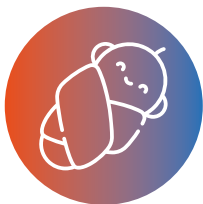
Antes de:



Comer y preparar alimentos



Tocarte los ojos o la nariz

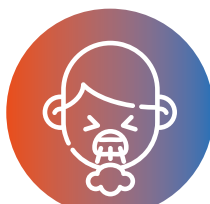


Tocar a un bebé



Visitar a un enfermo

Después de:



Toser o estornudar



Ir al baño



Estar en contacto con animales



Asistir a lugares públicos



Manipular basura u objetos sucios