

¡LAVE SUS MANOS!

1. Moje



2. Enjabone



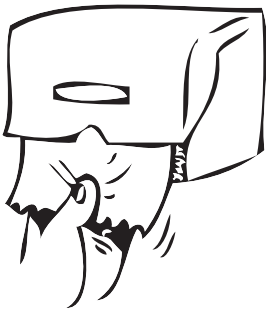
3. Lave 20 Segundos



4. Aclare



5. Seque



6. Cierre el grifo con una toalla de papel



Lavarse las manos es una de las formas más efectivas de prevenir la transmisión de enfermedades. Lave a menudo sus manos con jabón y agua. Si no dispone de agua y jabón, utilice una solución desinfectante a base de alcohol. Durante la época de resfriados y gripe, lave sus manos más de lo habitual.

Cómo lavarse las manos con jabón y agua: Moje sus manos con agua caliente del grifo. Aplique jabón líquido o utilice una pastilla de jabón. Enjabónelas bien. Frote sus manos activamente durante 20 segundos. Restriegue todas las superficies incluyendo:

- Palmas
- Dorso de las manos
- Muñecas
- Entre los dedos
- Bajo las uñas

Aclárelas bien. Séquelas vigorosamente con una toalla limpia de paño o papel. Utilice la toalla para cerrar el grifo y abrir la puerta.

Cómo funciona:

El jabón deja en suspenso la suciedad. La fricción arranca la suciedad de la piel. El agua se lleva la suciedad. La fricción final al secarse las manos elimina más restos de suciedad.

Cómo lavarse las manos con una solución desinfectante a base de alcohol:

Aplique la solución en la palma de su mano en una cantidad del tamaño de una moneda de diez centavos. Frote sus manos con energía, cubriendo todas las superficies de las manos hasta que estén secas.

Cómo funciona:

El desinfectante actúa con rapidez matando las bacterias sobre la piel.

1. Aplique



2. Frote

