

Manos limpias salvan vidas

- Lo mas indicado es lavar las manos con agua y jabón por 20 segundos
- Si no hay agua disponible use productos como alcohol glicerinado
- Mantener las manos limpias ayuda a evitar enfermedades.



Las manos se deben lavar al menos en las siguientes circunstancias

- Antes de preparar la comida
- Después de manipular comida cruda especialmente carne, pollo o pescado
- Antes de comer
- Después de sonarse, toser o estornudar



Las manos se deben lavar al menos en las siguientes circunstancias

- Después de ir al baño
- Después de cambiar los pañales de un bebe
- Después de limpiar un niño que ha ido al baño
- Antes y después de dar cuidados a un enfermo
- Después de tocar animales o sus desechos



Las manos se deben lavar al menos en las siguientes circunstancias

- Después de manipular basura
- Antes y después de tratar una cortada o herida
- Después de manipular objetos contaminados por aguas estancadas o residuales
- Cuando vea sus manos visiblemente sucias



Como usar el alcohol glicerinado

- Aplique el producto en la palma de la mano
- Frótese las manos una contra otra
- Asegúrese que el gel llegue a toda la superficie de las manos y dedos.



Como lavar las manos usando agua y jabón

1. Retirar del pulso y los dedos todos los objetos como anillos, relojes, pulseras, etc.



Como lavar las manos usando agua y jabón

2. Humedecer las manos y aplicar el jabón frotando vigorosamente, dedo por dedo, especialmente en los espacios interdigitales; frotar las palmas por lo menos 10 a 15 veces y el dorso de las manos 5 cm por encima de las muñecas, igual número de veces.



Como lavar las manos usando agua y jabón



3. Limpie debajo de las uñas

4. Enjuagar con abundante agua para que el barrido sea efectivo. Mantener las manos en alto, no bajarlas antes del secado.



Como lavar las manos usando agua y jabón

5. Finalizar secando con toalla desechable o secador, si existe la posibilidad; es preferible dejar secar al ambiente que utilizar toallas de tela.

