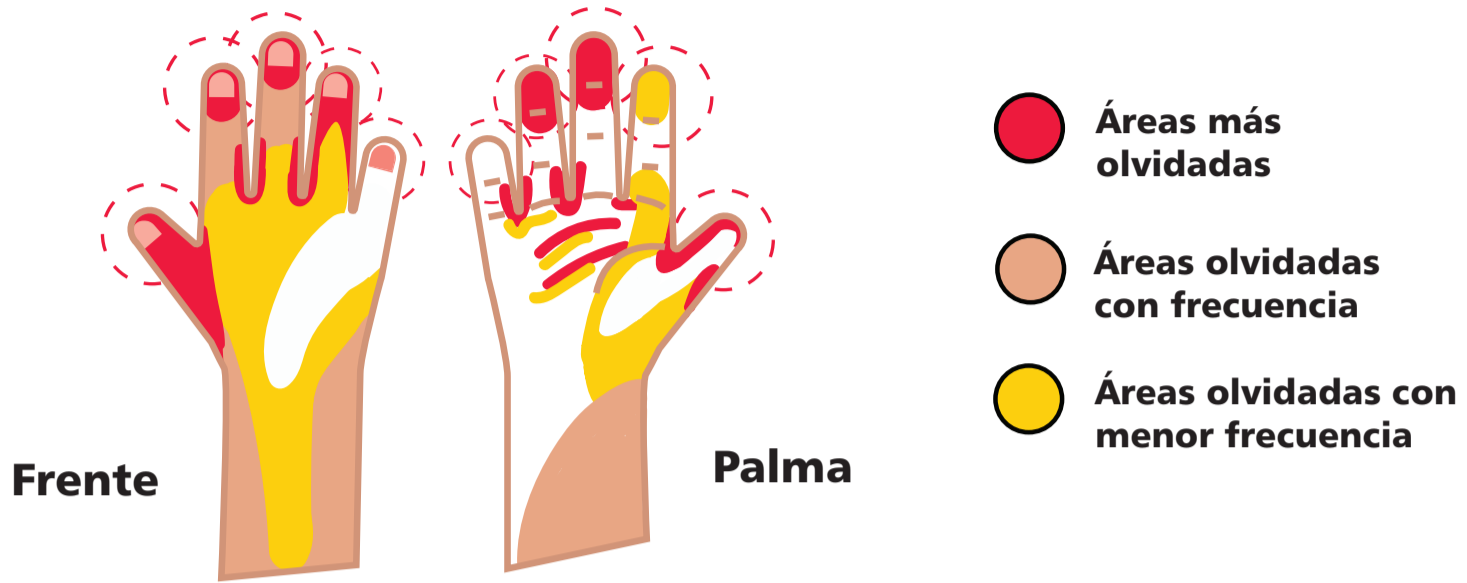


# ¿CÓMO LAVARSE LAS MANOS CORRECTAMENTE?

## ASEGÚRESE DE LAVARSE LAS MANOS POR COMPLETO



**1**  
Humedezca sus manos con abundante agua.



**2**  
Enjabone sus manos con el grifo cerrado.



**3**  
Frote sus manos palma con palma.



**4**  
Frotar palma derecha sobre dorso izquierdo entrelazando los dedos y viceversa.



**5**  
Frotar palma derecha sobre palma izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



**6**  
Empuña los dedos y frota los dedos de arriba hacia abajo.



**7**  
Aprieta el pulgar izquierdo con la mano derecha, frote circularmente y viceversa.



**8**  
Frote la palma circularmente hacia atrás y delante con la yema de los dedos de la mano opuesta.



**9**  
Enjuague sus manos con abundante agua (8 seg. aprox.)



**10**  
Seque las manos con una toalla desechable o con aire caliente.



**11**  
Cierre el grifo con una toalla desechable y evite tocar la manija de la puerta.

## ATENCIÓN:



Al lavarse las manos, frote durante al menos 20 segundos para eliminar la suciedad y los gérmenes.



Si no hay agua y jabón disponible, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos 60% de alcohol.



Lávese frecuentemente las manos con agua y jabón, incluso cuando las manos no estén visiblemente sucias.