

Lavado de manos eficaz

Duración del lavado: al menos 20 segundos



1 Humedezca las manos con agua



2 Utilice mucho jabón



3 Frótese las manos,
palma contra palma



4 Frote el dorso de cada mano
con la palma de la otra mano,
con los dedos entrelazados



5 Frótese palma con palma, con los
dedos entrelazados



6 Frote con el dorso de los dedos
las palmas opuestas, con los
dedos entrelazados



7 Frótese los pulgares entre sí, con
un movimiento rotatorio



8 Frótese las puntas de los dedos
de la mano contraria con un
movimiento circular



9 Aclárese las manos con abundante agua



10 Séquese bien las manos con
una toalla de un solo uso



11 Mantenga la toalla en la mano y
utilícela para cerrar el grifo



¡Sus manos están ahora
limpias y seguras!