



BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS

HIGIENE DE MANOS



40-60 seg.

¿Por qué?

La correcta higiene de manos es una medida esencial para la prevención de todas las infecciones, también las provocadas por el nuevo coronavirus.

¿Cuándo?

- Al toser, estornudar o sonarse la nariz.
- Después del contacto con alguien que estornuda o tose.
- Después de usar el baño, el transporte público o tocar superficies.
- Antes de comer.

1



Mójate las manos con agua y aplica suficiente jabón.

2



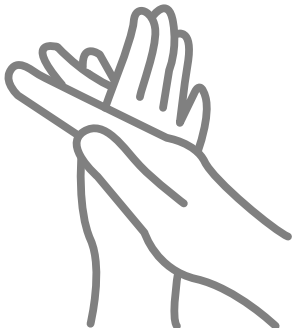
Frótate las palmas de las manos entre sí.

3



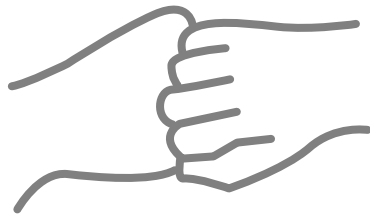
Frótate la palma de una mano contra el dorso de la otra, entrelazando los dedos

4



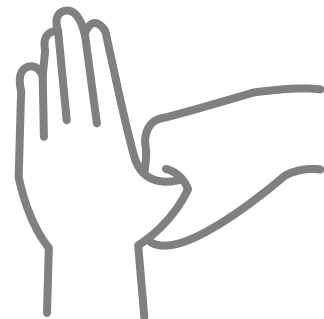
Frótate las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados.

5



Frótate el dorso de los dedos de una mano con la palma de la otra.

6



Con un movimiento de rotación, frótate el pulgar atrapándolo con la palma de la otra mano.

7



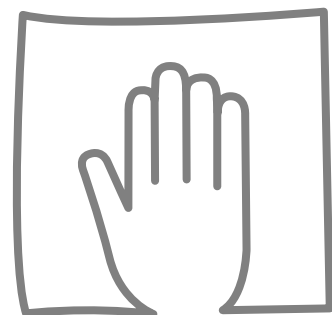
Frótate los dedos de una mano con la palma de la otra con movimientos de rotación.

8



Enjuágate las manos con agua.

9



Sécate las manos con una toalla de un sólo uso.