

# ¿CÓMO LAVARSE LAS MANOS?

Agua  
y jabón

 DURACIÓN DEL LAVADO:  
ENTRE 40 Y 60 SEG.



**1** Mójese las manos.



**2** Aplique suficiente jabón para cubrir todas las superficies de las manos.



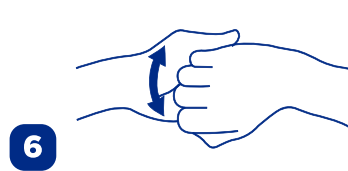
**3** Frótese las palmas de las manos entre sí.



**4** Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



**5** Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



**6** Frótese el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la opuesta, manteniendo unidos los dedos.



**7** Rodeando el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, fróteselo con un movimiento de rotación y viceversa.



**8** Frótese la punta de los dedos de la mano izquierda contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.



**9** Enjuáguese las manos.



**10** Séqueselas con una toalla de un solo uso.



**11** Utilice la toalla para cerrar el grifo.



**12** Las manos ya son seguras



Manos limpias, menos infecciones