

¿CUÁNDO DEBES LAVAR LAS MANOS?



Antes de ingresar y después de salir de la empresa.



Antes de tocarte la cara.



Antes y después de ir al baño.



Después de toser o estornudar.



Después de manipular residuos.



Antes de consumir alimentos.



Antes y después de visitar o atender a alguien enfermo.



Después de tocar partes metálicas como puertas, partes de las máquinas.



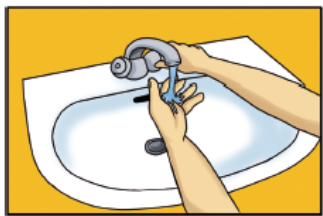
Antes y después de manipular el tapabocas.



Las manos se deben lavar mínimo cada 3 horas o antes si lo requiere.

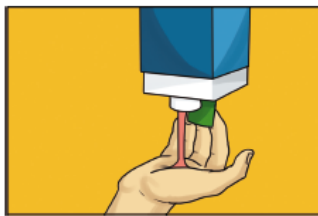
TÉCNICA PARA EL LAVADO DE MANOS

1



Mójese las manos con agua

2



Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos

3



Frótese las palmas de las manos entre sí

4



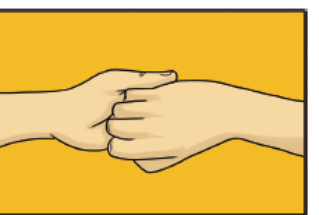
Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa

5



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

6



Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos

7



Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo atrapándolo con la palma de la mano derecha, y viceversa

8



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

9



Enjuáguese las manos con agua

Nota: El proceso de frote de manos debe durar **mínimo 20 segundos.**

10



Séqueselas con una toalla de un solo uso

11



Sírvase de la toalla para cerrar el grifo

12



... y sus manos son seguras

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19