



Prácticas de higiene



Lava tus manos en momentos clave

en mínimo 20 segundos, sin desperdiciar el agua y cerrando la llave mientras te enjabonas.



Debes seguir estos pasos:

▼ ¿Cómo lavarse las manos?



1
Mójate
las manos con
agua limpia.



2
Enjabónalas bien.
Frota y refriega
vigorosamente
cada parte; el dorso,
la palma, la muñeca,
los dedos y las uñas.



3
Enjuágate
completamente,
con agua
 limpia y sin
desperdiciarla.



4
Seca
las manos
con una toalla
 limpia.

¿Cuándo lavarse las manos?



1
Antes y después
de ir al baño.



2
Antes y después
de comer.



3
Antes de preparar
los alimentos.



4
Después de cambiar
pañales.



5
Después de jugar
y tocar mascotas.



6
Después de estornudar y toser.

