Higiene Sempre

Conjunto de conhecimentos e técnicas para evitar doenças infecciosas usando métodos de limpeza para conservar a saúde.

Tipos: Pessoal, Coletiva, Mental, Ambiental. No que diz respeito à higiene pessoal, uma das normas refere-se a lavar as mãos sempre que necessário, especialmente antes das refeições, antes do contato com os alimentos e depois de utilizar o banheiro. Além disso, é importante manter as unhas bem cortadas e limpas.