



Técnicas recomendadas para lavar las manos

1. Mojar las manos con agua tibia.
2. Use bastante jabón, y frote bien las manos juntas para hacer bastante espuma.
3. Lave entre los dedos, arriba de las manos. Lave también los pulgares, las palmas y las muñecas.
4. Poner atención en limpiar las uñas. Úsese un cepillo si lo hay disponible.
5. Lave los manos por 15 a 20 segundos.
6. Enjuagar las manos bien, frotándolas en el agua.
7. Secar las manos completamente con una toalla de papel.
8. Usar una toalla de papel para cerrar la llave del agua y para abrir la puerta del baño.