



LAVADO DE MANOS

MI OBJETIVO:
tener las manos limpias y
prevenir la propagación de
gérmenes



Special Olympics
Health

MADE
POSSIBLE BY **Golisano**
FOUNDATION

LAVARSE LAS MANOS ES IMPORTANTE PORQUE...

El lavado frecuente de las manos con jabón y agua te protege de enfermedades causadas por virus y bacterias.

Es la mayor manera de prevenir la propagación de gérmenes.



6 PASOS FÁCILES PARA LAVAR LAS MANOS



MOJA LAS MANOS



APLICA JABÓN



LAVA TUS MANOS DURANTE 20 SEGUNDOS



ENJUAGATE BIEN



SECA TUS MANOS



CIERRA EL GRIFO DE AGUA CON PAPEL TOALLA

No te olvides de lavar entre tus dedos, bajo las uñas, y la parte de atrás de la mano

COMO SE SI ES QUE ME HE LAVADO LAS MANOS DURANTE 20 SEGUNDOS?

Canta la canción cumpleaños feliz 2 veces para ti mismo

Canta la canción del alfabeto para ti mismo



CUANDO LAVAR TUS MANOS

- Luego de ir al baño
- Antes de preparar, manipular o comer alimentos
- Luego de jugar con animales
- Luego de realizar tus prácticas deportivas
- Luego de toser, estornudar o tocar tu nariz o boca