



#lahigienetusmanos

Consejos y recomendaciones para mantener una correcta higiene de tus manos

Hola, soy tu mano. Y quiero decirte que soy una parte fundamental en tu higiene. Si me cuidas, si me mimas, si me mantienes siempre limpia a través de unos hábitos adecuados, te garantizo que tu salud irá mucho mejor.

Pautas básicas para mantener una correcta higiene en tus manos. No las descuides.



Si tiene las manos visiblemente sucias y con restos orgánicos, no basta con la desinfección. Debe lavarlas.



CON SOLUCIÓN HIDROALCOHÓLICA



Aplique en la mano suficiente solución hidroalcohólica.



Frotar las manos entre sí enérgicamente.



Frotar las palmas contra el dorso para llegar a todas las zonas de las manos.



Frotar las manos con los dedos entrelazados. Porque hay zonas de los dedos a los que sólo llegamos con esta técnica.



No es necesario secar con toalla, se debe estar frotando hasta que la solución se seca por si sola.



Sus manos ya están limpias.



Servicio Andaluz de Salud
CONSEJERÍA DE SALUD Y FAMILIAS

PIRASOA



Organización Mundial de la Salud