



Prácticas

de higiene



La primera opción para el lavado de manos debe ser siempre con agua y jabón.

El uso de productos antibacteriales son un complemento para la higiene de las manos.

Lavado seco de manos



1 Deposita en la palma de la mano una dosis suficiente de producto antibacterial (que contenga un mínimo del 70% de alcohol).



2 Extiende el producto para que cubra las manos, dedos, antebrazos y hasta los codos.



3 Frota la palma de la mano derecha con el dorso de la izquierda entrelazando los dedos.



4 Frota las palmas de las manos entre sí con los dedos entrelazados.



5 Frota el dorso de los dedos de una mano, con la palma de la mano opuesta, agarrándote los dedos.



6 Frota el pulgar rotándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



7 Frota con los dedos la palma de la otra mano con un movimiento circular y viceversa.



8 No retires el producto, deja que se sequen las manos en el aire.

Duración del lavado seco de manos: entre 20 y 30 segundos.