

Lávese las manos



Es importante mantener las manos limpias para ayudar a evitar enfermedades y propagar gérmenes a otras personas.

- Abra el grifo. Asegúrese de que el agua no esté demasiado fría ni demasiado caliente. Una vez que el agua esté a la temperatura adecuada, humedezca las manos con el agua.
- Aplique una cantidad pequeña de jabón en las manos y frótelas en las manos durante unos 20 segundos. Asegúrese de lavarse las palmas de las manos, los dedos, las puntas de los dedos y el dorso de las manos.
- Enjuáguese las manos con agua.
- Una vez que se haya enjuagado todo el jabón de las manos, cierre el grifo.
- Séquese las manos con una toalla de papel. Tire la toalla de papel en el contenedor de basura.

