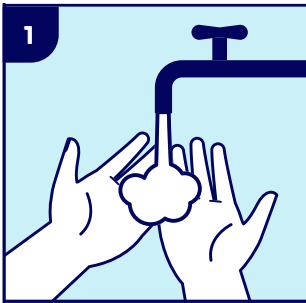


Cómo lavarse las manos

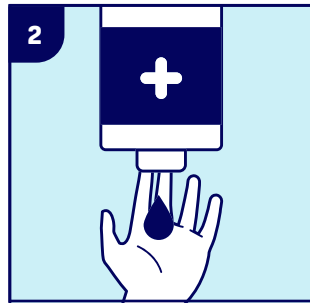
LÁVESE LAS MANOS CUANDO ESTÉN CLARAMENTE SUCIAS.
DE LO CONTRARIO, USE DESINFECTANTE DE MANOS.



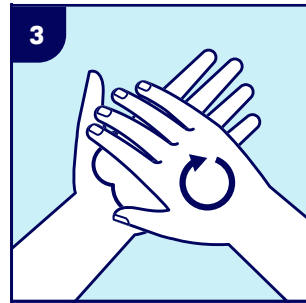
Duración de todo el procedimiento: entre 40 y 60 segundos



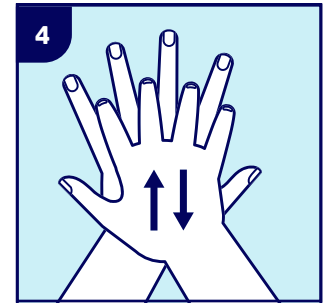
Mójese las manos con agua.



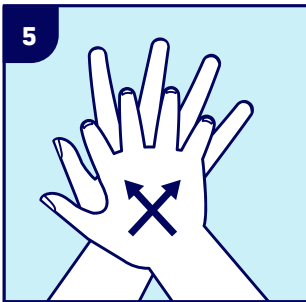
Aplique suficiente jabón para cubrir toda la superficie de las manos.



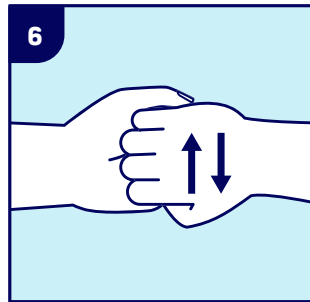
Frote las manos palma con palma.



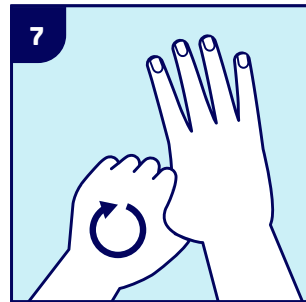
Coloque la palma de la mano derecha sobre el dorso izquierdo con los dedos entrelazados y viceversa.



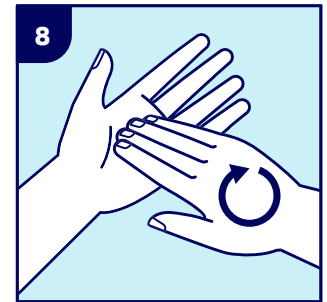
Coloque una palma de la mano sobre la otra y entrelace los dedos.



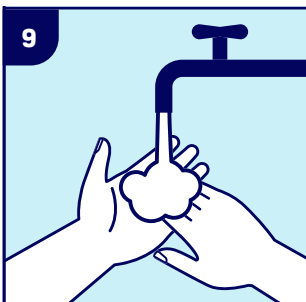
Coloque el dorso de los dedos en la palma opuesta con los dedos entrelazados.



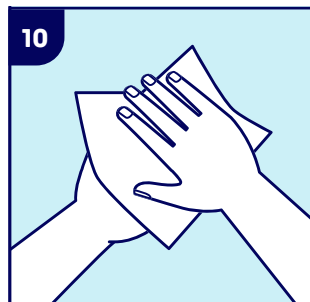
Con la mano derecha frote el pulgar izquierdo con movimientos circulares y viceversa.



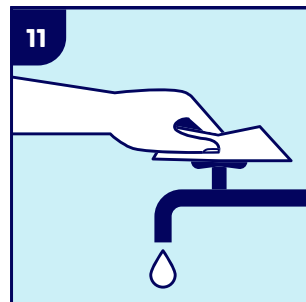
Frote con movimientos circulares, hacia delante y hacia atrás con los dedos cerrados de la mano derecha en la palma de la mano izquierda y viceversa.



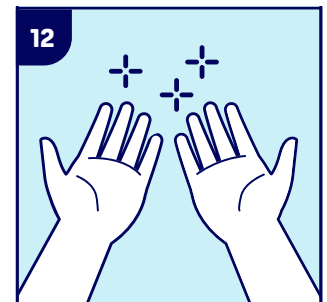
Enjuáguese las manos con agua.



Séquese bien las manos con una toalla de un solo uso.



Use la toalla para cerrar el grifo.



Las manos están ahora bien higienizadas.



DOH 420-428 July 2022 Spanish

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición, deben llamar al 711 (servicio de relé de Washington) o enviar un correo electrónico a civil.rights@doh.wa.gov.

Esta es una adaptación del documento original "How to Handwash? Estados Unidos: Organización Mundial de la Salud (OMS); 2009. Licencia: CC BY-NC-SA 3.0 IGO". Esta adaptación no ha sido creada por la OMS. La OMS no es responsable del contenido ni de la exactitud de esta adaptación. La edición original será la edición vinculante y auténtica.