



La importancia de lavar tus manos

Un hábito saludable para prevenir las enfermedades respiratorias es el lavado de manos, ya que existe una relación directa entre unas manos contaminadas y la transmisión de microorganismos, lo que podría generar enfermedades entre los estudiantes, colaboradores, visitantes y proveedores.

¿Cuándo lavar tus manos?

Antes y después de:

- Ingresar al baño.
- Manipular alimentos.

También:

- Al iniciar y terminar tu jornada laboral.
- Cada dos horas durante la jornada laboral
- Después de estornudar y toser.

¿Cómo lavar tus manos?



Lávate las palmas



Limpia el otrolado



Lava entre losdedos



Frota tus dedos doblados



Limpia la punta de losdedos



Lava el dedo pulgar



Toma del dispensador suficiente jabón para cubrir las manos.



Preferiblemente utiliza la toalla desechable para evitar contaminarte.



Utiliza el alcohol glicerinado para disminuir la contaminación de tus manos.