



Difusión de información de salud pública

Cómo lavarse las manos con jabón

<p>1.</p> 	<p>Una vez mojadas las manos con agua, aplicar jabón.</p>	<p>2.</p> 	<p>Friccionar una palma con la otra.</p>
<p>3.</p> 	<p>Friccionar la palma de la mano derecha con el dorso de la izquierda y viceversa.</p>	<p>4.</p> 	<p>Friccionar una palma con la otra con los dedos entrelazados.</p>
<p>5.</p> 	<p>Friccionar el dorso de los dedos contra la palma opuesta con los dedos trabados.</p>	<p>6.</p> 	<p>Friccionar por rotación los dedos de la mano izquierda cerrada alrededor del pulgar derecho y viceversa.</p>
<p>7.</p> 	<p>Friccionar por rotación las puntas de los dedos juntas sobre la palma de la mano contraria y viceversa.</p>	<p>8.</p> 	<p>Aclararse las manos</p>
<p>9.</p> 	<p>Secarse las manos con una toallita de papel.</p>	<p>10.</p> 	<p>Utilizar el mismo papel para limpiar el grifo.</p>

Font: http://www.gencat.cat/especial/grip_a/cat/mesures.htm