

10 pasos para un correcto lavado de mans

10. Seque as mans cunha toalla dun só uso. Úsea para pechar a billa



09. Lave as mans en auga corrente



01. Molle as mans con auga



02. Deposite na palma da man xabón suficiente para cubrir toda a superficie das mans



08. Frote a punta dos dedos contra a palma da outra man facendo un movemento circular



03. Frote as palmas das mans entre si



07. Frote o dedo polgar coa palma da man oposta facendo movementos circulares



04. Frote a palma dunha man contra o dorso da outra, entrelazando os dedos e viceversa



06. Frote o dorso dos dedos contra a palma da man oposta



05. Frote as palmas das mans cos dedos entrelazados



E SE USO LUVAS?

1. As luvas non impiden o contaxio, xa que se tocas a cara, a contaminación pasa da luva á cara e pode causar infección
2. O lavado frecuente das mans proporciona máis protección que as luvas fronte ao Covid-19.