



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

¿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 tose

¿Cómo lavar tus manos?

- 

Lávate las palmas
- 

Limpia el otro lado
- 

Lava entre los dedos
- 

Frota tus dedos doblados
- 

Limpia la punta de los dedos
- 

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.

dría generar enfermedades entre los estudiantes, colaboradores, visitantes, y proveedores.