

La higiene de manos es la principal medida para evitar la propagación de las infecciones.

RECUERDE:

Lavarse las manos es una acción de 15 segundos que puede protegerle a usted y a su familia



¿Por qué?

Porque la higiene de manos es la principal forma de evitar la propagación de las infecciones.

¿Cuándo?

Antes de preparar o comer alimentos

Después de ir al baño

Después de cambiarle los pañales a un niño o limpiarlo, después de que haya ido al baño

Antes y después de atender a alguien que esté enfermo

Después de manejar alimentos que no estén cocinados, en especial carnes rojas, aves de corral o pescado crudos

Después de limpiarse la nariz, toser o estornudar

Después de haber estado en contacto con un animal o excrementos de animales

Después de haber estado en contacto con basura

Antes y después de tratar una herida

¿Cómo?

Sólo son suficientes 40 segundos para lavarse las manos con agua y jabón o desinfectarlas con un producto a base de hidro-alcohol para matar los gérmenes que causan infecciones.

