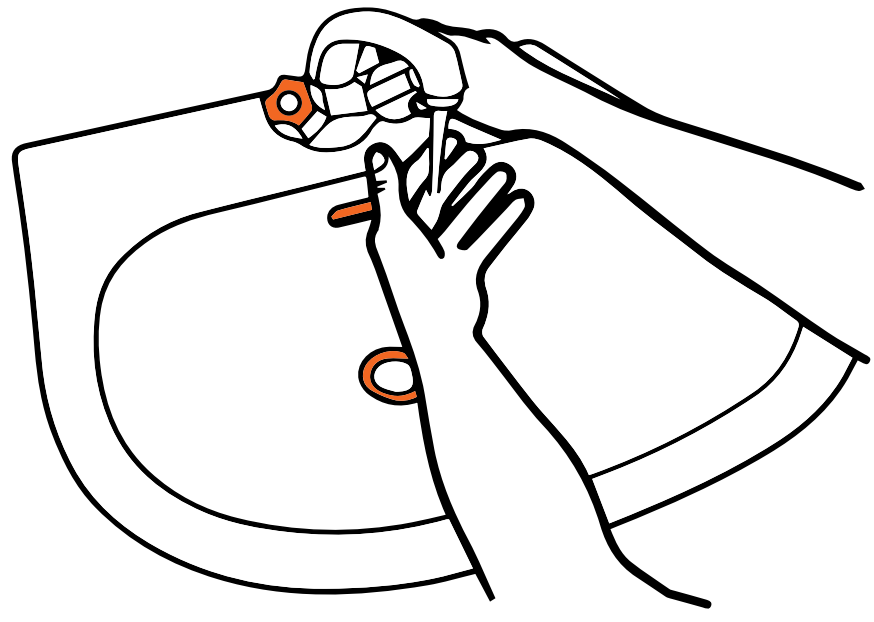


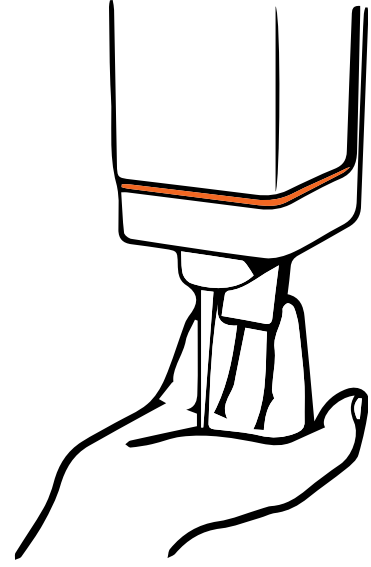
Guía paso a paso: El lavado de manos con agua y jabón

(los movimientos del frotado de manos deben durar al menos 15-20 segundos)

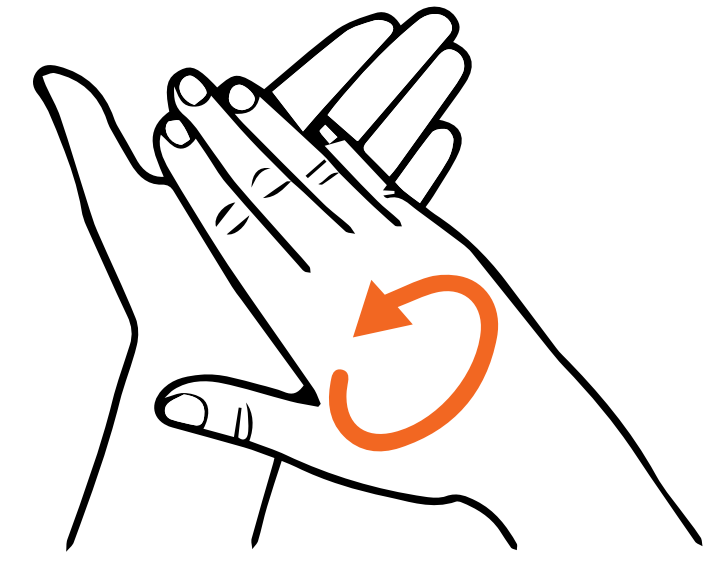
CÓMO LAVARSE LAS MANOS



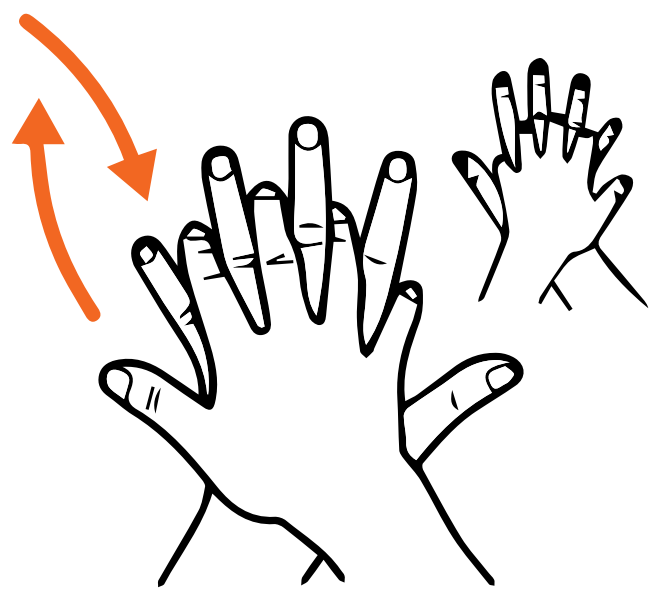
- Mójese las manos con agua



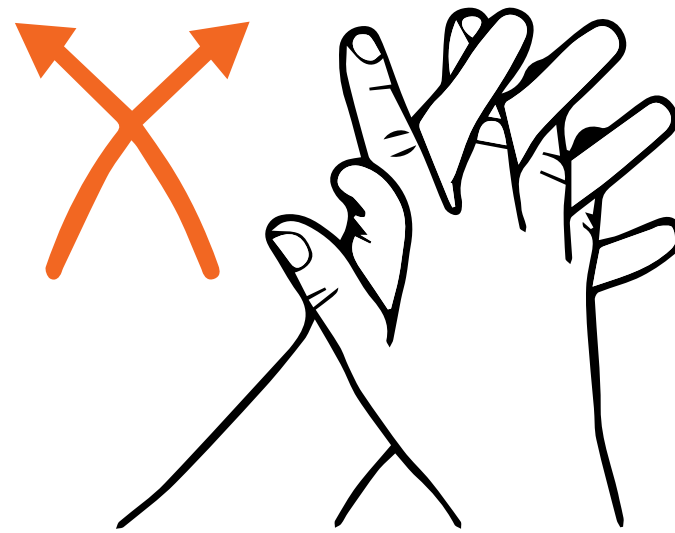
- Aplique suficiente jabón para cubrir toda la mano



- Palma con palma
- Estire la palma de la mano
- Frote palmas con palma



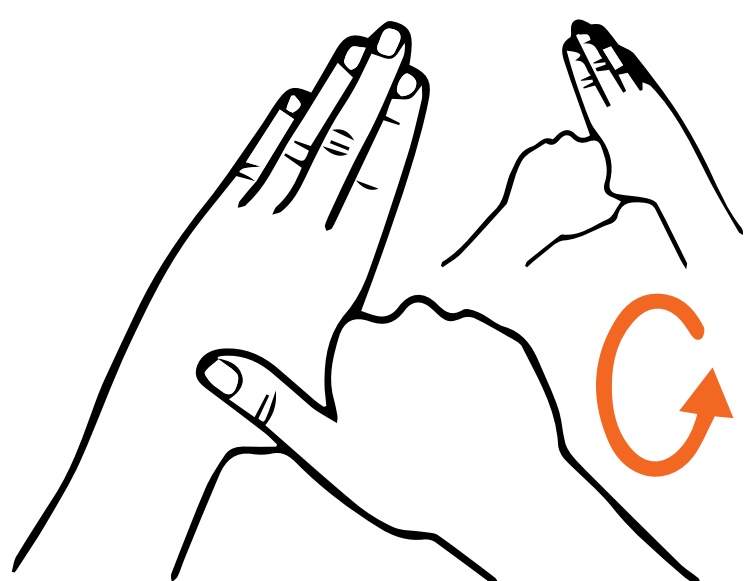
- Una palma sobre la parte de atrás de la mano
- Entrelaze los dedos
- Frote el dorso derecho con la palma izquierda y viceversa



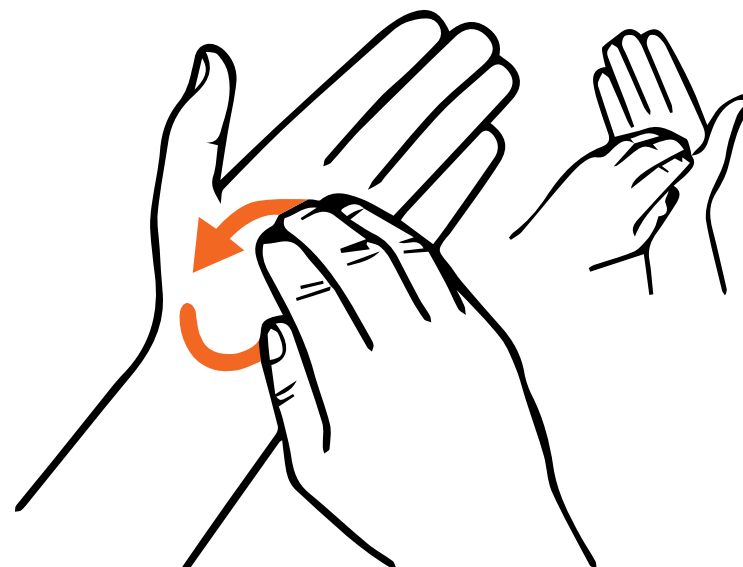
- Palma con palma
- Dedos entrelazados
- Frote las manos bien



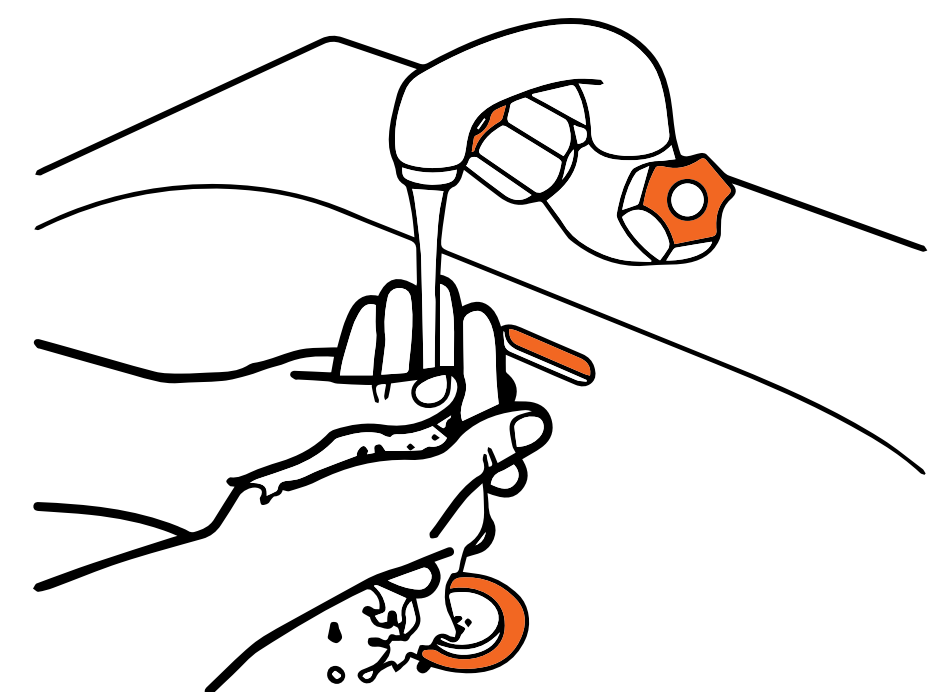
- Frote el dorso de los dedos contra palmas opuestas
- Dedos entrelazados, frotado rotatorio



- Gire cada pulgar dentro de la palma opuesta
- Movimiento de rotación; Pulgar izquierdo en la palma derecha, pulgar derecho en la palma izquierda



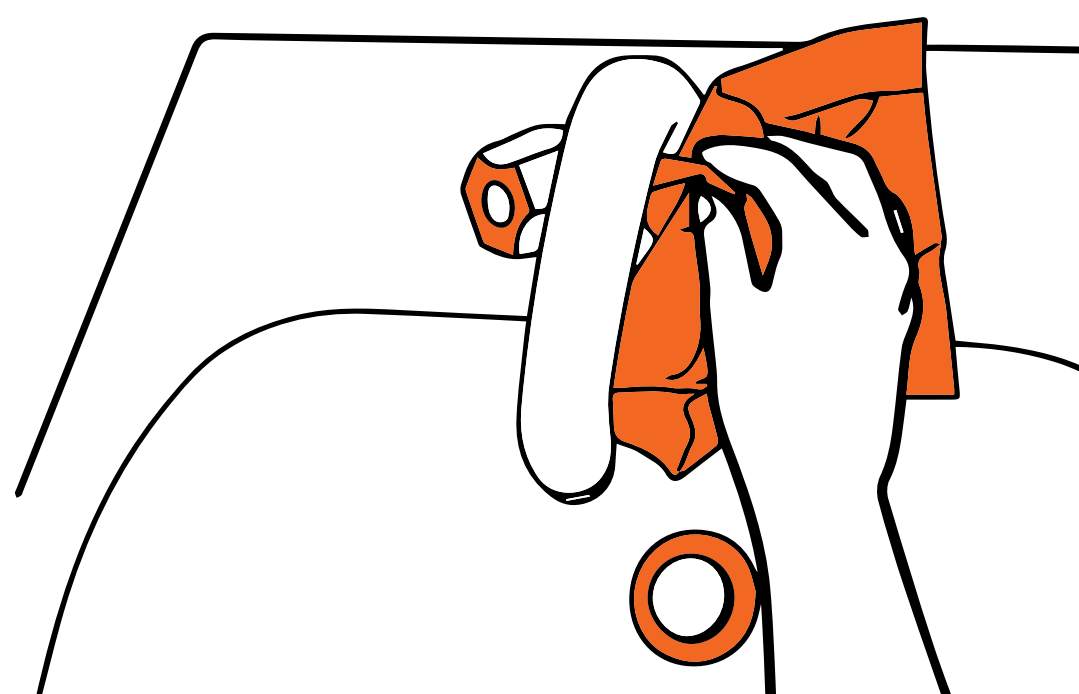
- Frote las puntas de los dedos en la palma de la otra mano
- Rotación hacia adelante y hacia atrás
- Dedos a mano derecha en palma izquierda, y los del mano izquierdo en la palma derecha



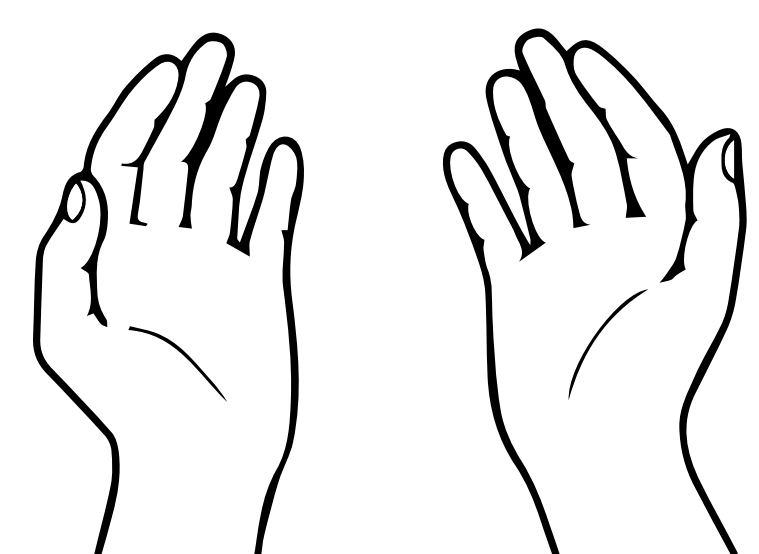
- Enjuague las manos con agua



- Seque las manos por completo con una toalla desechable
- No la vuelva a usar



- Use la misma toalla para cerrar la llave del baño



- ¡Listo! Tus manos están súper limpias



HAI&AR
Healthcare-Associated Infections &
Antimicrobial Resistance Program

VDH VIRGINIA
DEPARTMENT
OF HEALTH