



El lavado de manos con jabón **detiene la transmisión de agentes patógenos** pudiendo reducir así, significativamente, la diarrea y las infecciones respiratorias, así como las infecciones de la piel y los ojos. **¡Lava siempre tus manos!**

### *Las manos deben lavarse con jabón:*

Después de ir al baño, de cambiar a un bebé (o de haber tenido cualquier tipo de contacto con heces humanas, especialmente de bebés, niños y niñas)

Antes de manipular alimentos

### *¡Lava correctamente tus manos!*

#### **1. HUMEDECE**

Con abundante agua para mojar tus manos

#### **2. ENJABONA**

Durante 20 segundos, con el grifo cerrado.

#### **3. ACLARA**

Enjuaga tus manos con abundante agua. (Aproximadamente 8 segundos).

#### **4. SECA**

Seca las manos con una toalla (De tela limpia o desechable). Cierra el grifo con la toalla desechable.

Fuente:

<http://www.globalhandwashing.org/ghw-day>

[http://www.who.int/csr/resources/publications/swineflu/gpsc\\_5may\\_How\\_To\\_HandWash\\_Poster\\_es.pdf](http://www.who.int/csr/resources/publications/swineflu/gpsc_5may_How_To_HandWash_Poster_es.pdf)