

Tu salud y la de tu familia, está en tus manos. ¡Dedica unos minutos a la prevención!



1

Humedece tus
manos.



2

Aplica jabón
suficiente para
cubrir la palma
de la mano.



3

Frota
vigorosamente
palma con palma.



4

Frota
vigorosamente
palma-dorso
e intercambia.



5

Palma con palma
y entre los dedos.



6

Dedos en forma de
candado, de forma
ascendente y
descendente.



7

Frota circularmente
pulgar con palma e
intercambia.



8

Frota uñas
con palma
e intercambia.



9

Enjuaga tus manos.



10

Seca
cuidadosamente
con toallas de papel.



11

Usa la toalla de
papel para cerrar el
grifo.



12

Tus manos están
seguras.



40 - 60
segundos

Porque tengo una familia que me espera en casa,
por tu bienestar y por el mío; yo cumplo con las normas de bioseguridad.