

EL LAVADO DE LAS MANOS

es la mejor manera de prevenir la transmisión de infecciones.

Usted está trabajando—Está ocupado.

Sus manos parecen limpias—Pero en realidad no lo están.

Sus manos tienen gérmenes que podrían enfermar a una persona.

Usted, su familia o sus clientes se podrían enfermar.

Si trabaja con alimentos, usted debe lavarse las manos con frecuencia.

¿CUÁNDO debe lavarse las MANOS?

- ◆ Cuando llega al trabajo
- ◆ Después de usar el baño
- ◆ Después de fumar
- ◆ Después de estornudar
- ◆ Después de tocarse el cabello, la cara o la ropa
- ◆ Después de comer o beber
- ◆ Después de quitarse los guantes o antes de ponerse un par nuevo
- ◆ Antes de tocar alimentos, especialmente las comidas listas para comer tales como ensaladas y sándwiches
- ◆ Después de manipular desechos o basura
- ◆ Después de tocar equipos, platos o utensilios sucios
- ◆ Después de tocar carne cruda, pollo crudo o pescado crudo
- ◆ Cada vez que cambie de tarea - cuando deje de hacer una cosa y empiece a hacer otra



¿CÓMO debe lavarse las MANOS?

- ◆ Mójese las manos bajo la corriente de agua tibia.
- ◆ Enjabónelas y frótese el dorso de las manos, entre los dedos y bajo las uñas. Lávelas durante 20 segundos por lo menos o el tiempo que le tome cantar dos veces el “Cumpleaños Feliz”.
- ◆ Séquese las manos. Use toallas de papel desechables o un secador eléctrico de manos.
- ◆ Utilice una toalla de papel para cerrar la llave del agua.



LOS GUANTES

deben cambiarse:

- ◆ Cada vez que necesite lavarse las manos (vea las recomendaciones a la izquierda)
- ◆ Cuando estén rotos o sucios

