

# Su salud y la de su familia, está en sus manos. ¡Dedique unos minutos a la prevención!



1

Humedezca sus  
manos.



2

Aplice jabón  
suficiente para  
cubrir la palma  
de la mano.



3

Frote  
vigorosamente  
palma con palma.



4

Frote  
vigorosamente  
palma-dorso  
e intercambie.



5

Palma con palma  
y entre los dedos.



6

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



7

Frote circularmente  
pulgar con palma e  
intercambie.



8

Frote uñas  
con palma  
e intercambie.



9

Enjuague sus  
manos.



10

Seque  
cuidadosamente  
con toallas de papel.



11

Use la toalla de  
papel para cerrar el  
grifo.



12

Sus manos están  
seguras.



40 - 60  
segundos

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