

COMO LAVAR AS MÃOS CORRETAMENTE COM ÁGUA E SABÃO.

LAVAR AS MÃOS FREQUENTEMENTE COM ÁGUA E SABÃO, ESPECIALMENTE DEPOIS DE TOSSIR OU ESPIRRAR. OUTRA OPÇÃO É O USO DO ÁLCOOL GEL PARA LIMPEZA DAS MÃOS.



Duração de todo o procedimento: 40 a 60 segundos.



Molhe as mãos com água.



Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabão para cobrir toda a superfície das mãos.



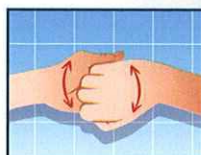
Ensaboe as palmas das mãos, friccionando-as entre si.



Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos, e vice-versa.



Entrelace os dedos e fricione os espaços interdigitais.



Segurando os dedos, esfregue com movimentos de vai e vem o dorso dos dedos de uma das mãos com a palma da mão oposta, e vice-versa.



Esfregue o polegar esquerdo utilizando-se de movimentos circulares com o auxílio da palma da mão direita, e vice-versa.



Fazendo movimentos circulares, fricione as polpas digitais e as unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, e vice-versa.



Enxague bem as mãos com água.



Seque as mãos com papel toalha descartável.



No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha.



Agora, as suas mãos estão limpas.