

# Coronavirus

## ¿Cómo debes lavar tus manos?

Este procedimiento tiene una duración de **40-60 segundos**



1

Mójate las manos.



2

Deposita en la palma de la mano una **cantidad de jabón suficiente** para cubrir todas las superficies de la mano.



3

**Frota las palmas** de las manos entre sí.



4

Frota la **palma de la mano** derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



5

Frota la palma de la mano entre sí con los **dedos entrelazados**.



6

**Frota el dorso de los dedos** de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



7

Frota con un **movimiento de rotación** el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



8

Frota la **punta de los dedos** de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.



9

Enjuaga tus manos.



10

Seca con una **toalla desechable**.



11

Toma esa misma **toalla para cerrar el grifo**.



12

Ahora tus **manos son seguras**.