

# »» ¡LÁVESE LAS MANOS! ««



1. **Mójese** las manos con agua corriente limpia (caliente o fría) y aplique jabón.



2. **Haga** espuma con las manos frotándolas con el jabón. Asegúrese de enjabonar la parte de atrás de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.



3. **Frótese** las manos por al menos 20 segundos. ¿Necesita un timer? Tararee la canción de "Feliz Cumpleaños" desde el principio hasta el fin dos veces.



4. **Enjuáguese** las manos bien debajo de agua corriente limpia. Deje que el agua vuelva a correr al lavabo, no hacia sus codos.



5. **Séquese** las manos usando una toalla seca o séqueselas con aire.

