

# ¡Tus manos salvan **vidas!**

***El 80% de las infecciones se transmiten por contacto.***

***Lávate las manos,*** *protégete a ti y a los demás.*

# 12 Pasos para un correcto lavado de manos



**Humedece tus manos.**



**Aplica jabón y haz espuma.**



**Frota las palmas entre sí.**



**Frota el dorso de cada mano.**



**Entrelaza los dedos.**



**Frota las yemas en la palma contraria.**



**Limpia bien los pulgares.**



**Cepilla o frota debajo de las uñas.**



**Lava también las muñecas.**



**Enjuaga con abundante agua.**



**Sécate con una toalla limpia o secador.**



**¡Disfruta de tus manos limpias!**