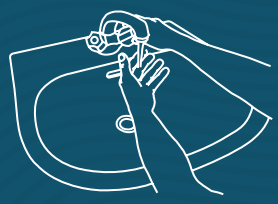
O JEITO CERTO DE LAVAR AS MÃOS

A forma mais eficaz de reduzir a chance de contaminação e transmissão de doenças

1



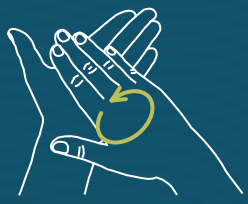
Molhe as mãos com água

2



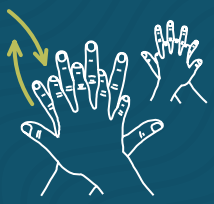
Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete para cobrir todas as superfícies

3



Ensaboe as palmas das mãos, friccionando-as entre si

4



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

5



Entrelace os dedos e friccione os espaços interdigitais

6



Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da mão oposta, segurando-os em movimento vai e vem e vice-versa

7



Esfregue o polegar esquerdo com o auxílio da palma da mão direita, utilizando movimento circular e vice-versa

8



Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa

9



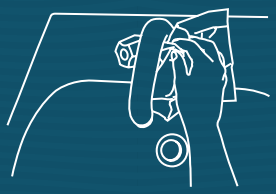
Enxágue bem as mãos com água

10



Seque as mãos com papel toalha descartável

11



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

12



Agora suas mãos estão seguras

Fonte: Ministério da Saúde

RL higiene
O VALOR DA LIMPEZA

allia
EMPRESA ASSOCIADA