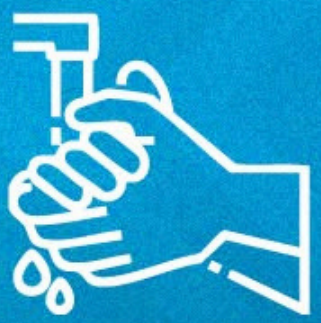
Día mundial de la Higiene de manos

05 de mayo





"La higiene en las manos salva vidas y te mantiene sano"

www.csbp.com.bo
#YoSoyResponsableDelCambio

Caja de Salud
Banca Privada

¿Por qué lavarte las manos?



Previene las infecciones



Previene la diseminación de gérmenes

¿Cuando hay que lavarse las manos?

1. Antes y después de atender a alguien que está enfermo
2. Antes, durante y después de preparar alimentos
3. Antes de comer
4. Antes y después de tratar heridas o cortaduras
5. Después de ir al baño
6. Después de sonarse la nariz, toser o estornudar
7. Después de tocar un animal, comida para animales, jaulas o heces de animales
8. Después de usar el trasporte publico
9. Después de tocar la basura
10. Si tienes las manos visiblemente sucias

www.csbp.com.bo
#YoSoyResponsableDelCambio

Caja de Salud
Banca Privada

Guía para lavado de manos



1. Mójese las manos con agua.



2. Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente.



3. Frótese las palmas de las manos entre sí.



4. Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.



5. Frótese las palmas de las manos entre si con los dedos entrelazados.



6. Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos.



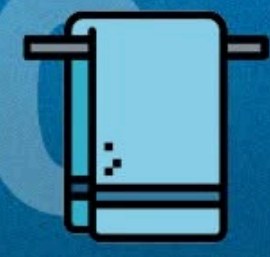
7. Frótese con un movimiento de rotación pulgar derecho atrapándolo con la palma de la mano izquierda, y viceversa



8. Frótese la punta de los dedos de la mano derecha con la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.



9. Enjuáguese las manos con agua.



10. Séqueselas con una toalla de un solo uso.

www.csbp.com.bo
#YoSoyResponsableDelCambio

Caja de Salud
Banca Privada



La mejor prevención es el:

LAVADO DE MANOS

No todo lo que tocamos está limpio, cuidarse y tener una higiene puede evitarte un problema médico

Día mundial del lavado de manos

MATERIAL REALIZADO POR:
Dra. Ada Cornejo

www.csbp.com.bo
#YoSoyResponsableDelCambio

Caja de Salud
Banca Privada