

Medidas para prevenir el contagio por microorganismos

Recomendaciones para la higiene de manos



Mójese las manos con agua tibia.



Aplique el jabón antiséptico (5 cc) y frote palma con palma.



Frote la mano derecha sobre el dorso de la mano izquierda y viceversa.



Restriegue el dorso de los dedos en la palma de la mano contraria.



Lave ambos pulgares. Apriete y rote la mano contraria.



Frote en rotación, de atrás hacia delante, en ambas manos.



Enjuáguese con agua abundante.



Séquese las manos con toallas de papel desechables.



Cierre el grifo sin tocarlo directamente, utilizando una toalla de papel desechable.

Recomendaciones para la higiene respiratoria



Utilice pañuelos de papel al toser o estornudar, tapando boca y nariz.



Tire los pañuelos a la papelera, una vez utilizados.



Tras toser o estornudar, lávese las manos adecuadamente con agua y jabón o preparados de base alcohólica.



Mantenga una buena ventilación de los espacios cerrados.

