

Lavarse las Manos

Protéjase y proteja a los demás

Cómo lavarse bien las manos:

- 1 Mójese las manos con agua limpia.
- 2 Aplique suficiente jabón para cubrir todas las superficies de las manos y haga espuma durante al menos 20 segundos.
- 3 Frótese las palmas, la parte de atrás de la mano, entre los dedos y debajo de las uñas.
- 4 Enjuagase las manos con agua limpia.
- 5 Séquese las manos con una toalla limpia o al aire libre.

¿Por qué es importante?

Millones de personas de todas partes del mundo estarán de visita. Al mantener nuestras manos limpias, ayudamos a prevenir la propagación de enfermedades como:

- COVID-19
- Gripe
- Virus estomacales
- Resfriados comunes
- Infecciones de la piel



Manténgase listo para la acción. Cuide su salud.

Lavarse las manos es una de las maneras más fáciles y eficaces de mantenerse a sano durante la Copa Mundial.