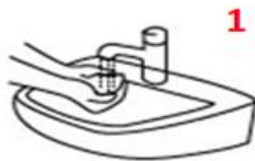


COMO LAVAR AS MÃOS DE FORMA EFICAZ

Lave as mãos quando estiverem visivelmente sujas.

Em outras situações, use solução anti-séptica de base alcoólica.

A lavagem correta das mãos deve durar mais de 20 segundos.



1
Abra a torneira e molhe as mãos



2
Aplique sabonete na palma das mãos



3
Ensaboe ambas as palmas e esfregue



4
Friccione o dorso das mãos e os espaços entre dedos



5
Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma da outra, com movimentos de vaivém



6
Friccione os polegares com a ajuda da palma da mão



7
Esfregue a ponta dos dedos e das unhas contra a palma da mão oposta



8
Lave os punhos com movimentos circulares



9
Enxágue as mãos e evite contato direto com a torneira



10
Seque as mãos e os punhos com papel toalha ou secador elétrico