



LAVADO DE MANOS

IMPORTANCIA DEL LAVADO DE MANOS

Beneficios

- **Prevención de enfermedades infecciosas** como gripe, diarrea, COVID-19 y enfermedades estomacales.
- **Reducción de ausencias escolares** relacionadas con problemas de salud.

Problemas de la falta de higiene:

- **Propagación de gérmenes** en superficies compartidas.
- **Incremento en las tasas de enfermedades** contagiosas entre compañeros y familias.



¿CUÁNDO ME LAVO LAS MANOS?

Momentos clave para lavarse las manos:

- **Antes de comer**
- Después de **usar el baño**
- Después de **jugar al aire libre** o tocar animales
- Antes y después de actividades en el aula que involucren **materiales compartidos**

¿CÓMO ME LAVO LAS MANOS?

Pasos del lavado de manos

- **Mojar las manos** con agua limpia.
- **Aplicar jabón** suficiente para cubrir toda la superficie de las manos.
- **Frotar las manos** durante al menos **20 segundos**, incluyendo:
 - Palma contra palma
 - Entre los dedos
 - Debajo de las uñas
- **Enjuagar bien** con agua limpia.
- **Secar las manos** con una toalla limpia o papel desechable.



Ante cualquier duda,
pregunta a tu
enfermera

