

Use desinfectante de manos cuando no pueda usar agua y jabón

Puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos un 60% de alcohol si no hay agua y jabón disponibles.

Cómo usar desinfectante para manos

- Aplique el producto de gel en la palma de una mano (lea la etiqueta para conocer la cantidad correcta).
- Frota tus manos juntas.
- Frota el gel sobre todas las superficies de tus manos y dedos hasta que tus manos estén secas. Esto debería tomar alrededor de 20 segundos.

! La ingestión de desinfectantes para manos a base de alcohol puede causar intoxicación por alcohol si se ingiere más de un par de bocados. Manténgalo fuera del alcance de los niños pequeños y supervise su uso.



**Facultad
de Ciencias
Agrarias**

Fuente: CDC. El lavado de las manos: Las manos limpias salvan vidas

CUÁNDO Y CÓMO LAVARSE LAS MANOS

Lavarse las manos es una de las mejores maneras de protegerse a sí mismo y a su familia de las enfermedades.



**Facultad
de Ciencias
Agrarias**



UNJu
Universidad
Nacional de Jujuy

Aprenda cuándo y cómo debe lavarse las manos para mantenerse saludable.

- Antes, durante y después de preparar la comida.
- Antes de comer
- Antes y después de cuidar a alguien en casa que está enfermo de vómitos o diarrea.
- Antes y después de tratar un corte o herida
- Después de usar el baño
- Después de cambiar pañales o limpiar a un niño que ha usado el baño
- Después de sonarse la nariz, toser o estornudar
- Después de tocar un animal, alimento para animales o desechos de animales
- Después de manipular alimentos para mascotas o golosinas para mascotas
- Después de tocar la basura

Siga cinco pasos para lavarse las manos de la manera correcta

- 1** Mójese las manos con agua limpia y corriente (tibia o fría), cierre el grifo y aplique jabón.



- 2** Enjabona tus manos frotándolas con el jabón.



- 3** Enjabona el dorso de tus manos, entre tus dedos y debajo de tus uñas.

- 4** Frota tus manos por al menos 20 segundos.



- 5** Enjuague bien las manos con agua corriente limpia. Séquese las manos con una toalla limpia o séquelas al aire.

Lavarse las manos con agua y jabón es la mejor manera de deshacerse de los gérmenes en la mayoría de las situaciones. Si no hay agua y jabón disponibles, puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol (vea etiqueta del producto).

! Tener en cuenta lo siguiente:

- Los desinfectantes no eliminan todos los tipos de gérmenes.
- Los desinfectantes para manos pueden no ser tan efectivos cuando las manos están visiblemente sucias o grasientas.
- Es posible que los desinfectantes para manos no eliminen químicos nocivos de las manos, como pesticidas y metales pesados.