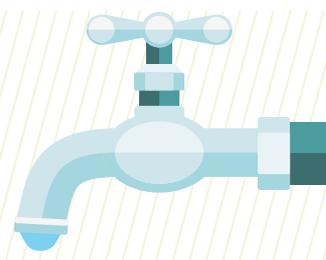


QUANDO VOCÊ CUIDA DA **HIGIENE DAS MÃOS** ESTÁ CUIDANDO DA PRÓPRIA SAÚDE



VOCÊ SABIA?

LAVAR AS MÃOS
 É A MEDIDA MAIS
IMPORTANTE

XXXXXXXXX **CONTRA** XXXXXXXXX
INFECÇÕES.

AS MÃOS CARREGAM
3 MIL
 TIPOS DE BACTÉRIAS.

A HIGIENIZAÇÃO DAS MÃOS
 PODE SER TÃO EFETIVA QUANTO A
VACINAÇÃO E REDUZIR
 EM **50%** AS MORTES DE CRIANÇAS
 POR DIARREIA.



DA POPULAÇÃO É AFETADA
 POR **MALES** PROVENIENTES
 DA **HIGIENIZAÇÃO INCORRETA** DAS MÃOS.

>>> E APENAS **19%**
 >>> LAVA AS MÃOS APÓS
 >>> USAR O BANHEIRO.



COMO LAVAR DO JEITO CERTO:

1



ABRIR A TORNEIRA E
 MOLHAR AS MÃOS, EVITANDO
 ENCOSTAR-SE NA PIA.

2



APLICAR NA PALMA DA MÃO
 QUANTIDADE SUFICIENTE DE
 SABONETE LÍQUIDO PARA COBRIR
 TODAS AS SUPERFÍCIES DAS MÃOS
 (SEGUIR A QUANTIDADE RECOMENDADA
 PELO FABRICANTE).

3



ENSABOAR AS PALMAS DAS MÃOS,
 FRICcionando-AS ENTRE SI.

4



ESFREGAR A PALMA DA MÃO DIREITA
 NO DORSO DA MÃO ESQUERDA,
 ENTRELACANDO OS DEDOS,
 E VICE-VERSA.

5



ENTRELACAR OS DEDOS E
 FRICCIÓNAR OS ESPAÇOS
 INTERDIGITAIS.

6



ESFREGAR O DORSO DOS DEDOS
 DE UMA DAS MÃOS COM A PALMA
 DA MÃO OPOSTA, SEGURANDO
 OS DEDOS, COM MOVIMENTO DE
 VAIVÉM, E VICE-VERSA.

7



ESFREGAR O POLEGAR DIREITO
 COM O AUXÍLIO DA PALMA DA
 MÃO ESQUERDA, UTILIZANDO
 MOVIMENTO CIRCULAR, E VICE-VERSA.

8



FRICCIÓNAR AS POLPAS DIGITAIS E AS
 UNHAS DA MÃO ESQUERDA CONTRA
 A PALMA DA MÃO DIREITA FECHADA
 EM CONCHA, FAZENDO MOVIMENTOS
 CIRCULARES, E VICE-VERSA.

9



ENXAGUAR AS
 MÃOS, RETIRANDO
 OS RESÍDUOS DE
 SABONETE. EVITAR
 CONTATO DIRETO DAS
 MÃOS ENSABOADAS
 COM A TORNEIRA.

10



SECAR AS MÃOS
 COM PAPEL TOALHA
 DESCARTÁVEL,
 INICIANDO PELAS MÃOS
 E SEGUINDO PELOS
 PUNHOS. NO CASO
 DE TORNEIRAS COM
 CONTATO MANUAL PARA
 FECHAMENTO, UTILIZAR
 SEMPRE PAPEL TOALHA.