

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

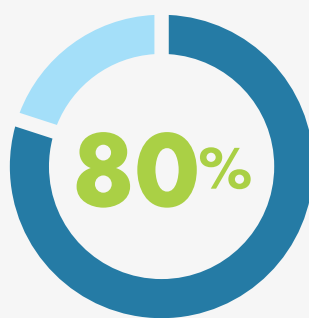
VOCÊ SABIA?

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,
ENTRELAÇANDO OS DEDOS,
E VICE-VERSA.

5



ENTRELAÇAR OS DEDOS E
FRICCIONAR 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



FRICCIONAR 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.