

## ¿CÓMO DESINFECTARSE LAS MANOS?

¡Desinfectar las manos por higiene!  
Lavarse las manos sólo cuando estén visiblemente sucias

 Duración del procedimiento: 20 - 30 segundos.

<p><b>1a</b></p>  <p>Depositar en la palma de la mano una dosis de producto suficiente (solución de base alcohólica o jabón antiséptico) para cubrir todas las superficies.</p>	<p><b>1b</b></p> 	<p><b>2</b></p>  <p>Frotar las palmas de las manos entre sí.</p>
<p><b>3</b></p>  <p>Frotar la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos, y viceversa.</p>	<p><b>4</b></p>  <p>Frotar las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.</p>	<p><b>5</b></p>  <p>Frotar el dorso de los dedos de una mano contra la palma de la mano opuesta, manteniendo unidos los dedos.</p>
<p><b>6</b></p>  <p>Rodear el pulgar izquierdo con la palma de la mano derecha, frotar con un movimiento de rotación, y viceversa.</p>	<p><b>7</b></p>  <p>Frotar la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación, y viceversa.</p>	<p><b>8</b></p>  <p>Una vez secas sus manos serán seguras.</p>