



La forma correcta de lavarse las manos

Realizar estos ocho pasos nos lleva menos de un minuto y puede evitar el contagio de enfermedades víricas como la gripe



1 Con las manos enjabonadas, frotamos las palmas entre sí



2 Palma con palma con los dedos entrelazados



3 Palma con dorso con los dedos entrelazados



4 Fregamos el dorso de los dedos con la palma opuesta



5 Frotamos los pulgares con un movimiento rotatorio



6 Frotamos las yemas de los dedos sobre la palma



7 Extendemos el frotado hasta la muñeca



8 Aclaramos con agua y secamos las manos