



Después me lavo las manos... ¿Te suena?

Tus manos pueden parecer limpias y aun así transportar microorganismos.
No dejes que el afán, la rutina o la pereza decidan por ti.

Identifica cuándo es momento de lavarte las manos

Antes de:

- › Preparar o comer alimentos.
- › Tocarte los ojos, la nariz o la boca.
- › Amamantar o alimentar a tu bebé.
- › Ponerte el tapabocas cuando lo necesites.

Después de:

- › Ir al baño.
- › Toser, estornudar o sonarte la nariz.
- › Tocar o jugar con tu mascota.
- › Tocar objetos o superficies que muchas personas manipulan.
- › Cambiar un pañal.
- › Quitarte el tapabocas.

¿Y si te da
pereza?

Hazlo igual.



Agua



jabón



un lavado
correcto.

Unos segundos de tu tiempo pueden ayudarte
a protegerte y proteger a quienes te rodean.

¿Sabes cómo hacerlo?

Recuerda el paso a paso del
lavado correcto escaneando
el siguiente QR.

