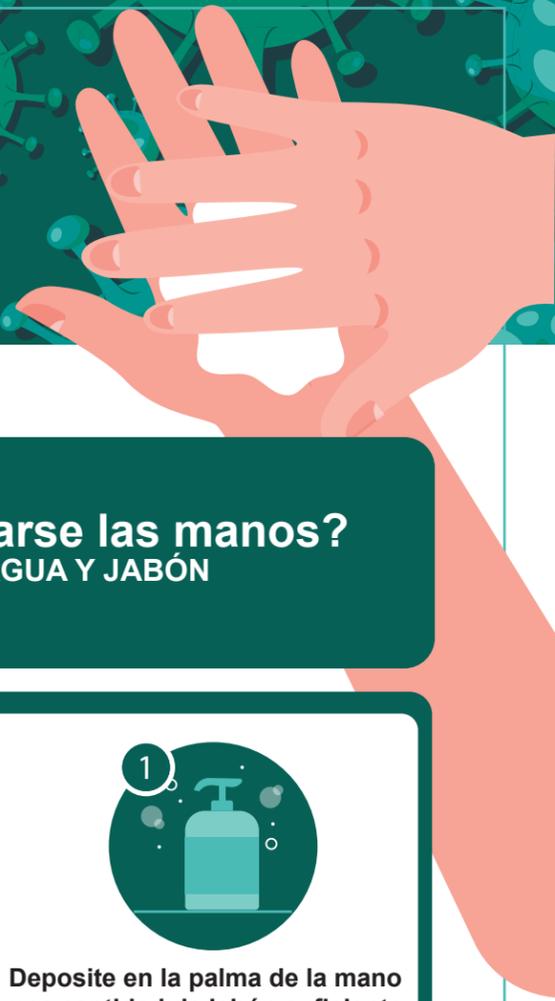


COVID-19



¿Cómo desinfectarse las manos? CON UN GEL A BASE DE 60% 95% ALCOHOL



1a



1b

Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies.

¿Cómo lavarse las manos? CON AGUA Y JABÓN



0



1

Mójese las manos con agua.

Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos.



2

Frótese las palmas de las manos entre sí.



3

Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa.



4

Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados.



5

Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano puesta, agarrándose los dedos.



6

Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa.



7

Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa.

Tener las manos limpias reduce la propagación de enfermedades como COVID-19.



8

Enjuáguese las manos con agua.



9

Séquese con una toalla desechable.



10

Sírvase de la toalla para cerrar el grifo.



11

Una vez secas, sus manos son seguras.



20-30 seg.

40-60 seg.



11

Una vez secas, sus manos son seguras.

Fuente: Organización Mundial de la Salud (OMS)
Organización Panamericana de la Salud (OPS)
Dirección de Protección Civil del PJCDMX
(55) 9156-4997 Exts. 810102, 810103, 810104.