

Técnica de higiene de manos con soluciones hidroalcohólicas

1 Depositar en la palma de la mano preparación suficiente para cubrir las manos.
No aplicar en heridas o manos sucias



2 Frotar las palmas entre sí.



3 Frotar la palma de una mano contra el dorso de la otra entrelazando los dedos, y viceversa.



4 Frotar palma contra palma con los dedos entrelazados.



20-30 segundos.

Conseguir una buena desinfección está en tus manos

5

Frotar el dorso de los dedos con la palma opuesta, agarrándose los dedos.



Cuando sus manos se sequen estarán preparadas para trabajar.

7 Frotar con movimiento rotatorio las puntas de los dedos contra la palma de la mano contraria, y viceversa.



6 Frotar con movimiento rotatorio el pulgar de una mano con la palma de la mano contraria.

