



POLITÉCNICA

UNIVERSIDAD
POLITÉCNICA
DE MADRID

BUENAS PRÁCTICAS PREVENTIVAS

LAVADO DE MANOS

INFORMACIÓN - COVID 19

La higiene de manos es la medida más sencilla y eficaz que podemos realizar para reducir la transmisión de infecciones. En caso de no tener acceso a un aseo con agua y jabón utiliza un gel hidroalcohólico.



1 Utiliza abundante agua y jabón.



2 Lávate la palma y el dorso de cada mano.



3 Frota entrelazando los dedos lavando los espacios entre los mismos.



4 Lava las uñas frotándolas contra la palma de la otra mano.



5 Lava individualmente cada dedo.



6 Aclara las manos con abundante agua y utiliza un papel para cerrar el grifo.