

# PROTÉGETE LAVARSE LAS MANOS REGULARMENTE PUEDE PREVENIR ENFERMEDADES CÓMO EL COVID-19



1 Mójate las manos con agua y luego deposita jabón en la palma de tu mano.



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



3 Frota el dorso y la punta de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, sujetando los dedos.



4 Con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo frota la palma de la mano derecha y viceversa.



5 Enjuágate las manos con agua.



6 Sécate con una toalla de un solo uso y posterior utilízala para cerrar el grifo.