

Handwashing Procedures

Procedimientos de lavado de manos



Wet hands with clean, running water.
Mójese las manos con agua corriente limpia.



Apply skin cleanser.
Aplique el limpiador de manos.



Lather hands by rubbing them together with the soap. Lather the backs of hands, between fingers, and under nails.
Enjabonarse las manos frotándolas con jabón. Enjabona el dorso de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.



Scrub hands for at least 20 seconds. Need a timer? Hum the "Happy Birthday" song from beginning to end twice.

Frótese las manos durante al menos 20 segundos. ¿Necesitas un temporizador? Tararea la canción "Feliz cumpleaños" de principio a fin dos veces.



Rinse hands thoroughly.
Enjuague completamente las manos.



Dry hands with a clean paper towel or under air blower.
Seque las manos con una toalla de papel limpia o bajo un secador de aire para manos.

ALWAYS WASH YOUR HANDS:

- Before, during, and after preparing food
- Before and after eating food
- Before and after being in contact with someone who is sick
- Before and after treating a cut or wound
- After using the toilet
- After changing diapers or assisting others who have used the toilet
- After blowing your nose, coughing, or sneezing
- After touching an animal, animal feed, or animal waste
- After touching garbage

SIEMPRE LAVASE LAS MANOS:

- Antes, durante y después de preparar la comida
- Antes y después de comer alimentos
- Antes y después de estar en contacto con alguien que está enfermo
- Antes y después de tratar un corte o herida
- Después de usar el baño
- Después de cambiar pañales o ayudar a otras personas que han usado el baño
- Después de sonarse la nariz, toser o estornudar
- Después de tocar un animal, alimento para animales o excrementos de animales
- Después de tocar basura

