

El lavado de manos puede prevenir 1 de cada 3 enfermedades diarreicas y 1 de cada 5 infecciones respiratorias, como el resfriado o la influenza.



El lavado de manos es una manera fácil, barata y eficaz de prevenir la propagación de microbios y mantener sanos a los niños y a los adultos. Cuando su familia está sana, no tiene que preocuparse por ir a la escuela, al trabajo o a otras actividades.



Contáctanos



Barranquilla

INFECTOLOGÍA
Carrera 47 # 79 - 110
Teléfono 309-3077



Cartagena

INFECTOLOGÍA Y
ONCOLOGÍA
Ternera Calle Real # 85 - 12
Teléfono 6631615



Sincelejo

INFECTOLOGÍA
Carrera 17 # 17 - 41
Teléfono 2817622



Santa Marta

INFECTOLOGÍA
Calle 14 # 21 - 96, piso 3 y 4
Teléfono 4394354



Riohacha

INFECTOLOGÍA Y
ONCOLOGÍA
Calle 10 # 10 - 90
Teléfono 7292637



San Andrés

INFECTOLOGÍA
Calle 4 # 16 - 61
Teléfono 5128606



Santa Marta

ONCOLOGÍA
Calle 14 # 26 - 26
Teléfono 4351839



Valledupar

INFECTOLOGÍA
Carrera 19 # 15 - 35
Teléfono 580 12 42

**Mejoramos
su calidad
de vida.**

Importancia y Técnica correcta



Del Lavado de Manos

Lavarse laS manos



**A
L
VIDAS
A**



IMPORTANCIA DEL LAVADO DE MANOS

Lavarse las manos con jabón **elimina los microbios de las manos**. Esto ayuda a prevenir múltiples infecciones.

RECORDEMOS QUE...

- ✓ Las personas se tocan los ojos, la nariz y la boca sin darse cuenta.
- ✓ Los microbios pueden llegar a los alimentos y las bebidas cuando las personas los preparan o los consumen.
- ✓ Los microbios pueden transferirse a otros objetos, como pasamanos, mesas y mesones, o juguetes y, luego, transferirse a las manos de otra persona.
- ✓ Por lo tanto, eliminar los microbios mediante el lavado de manos ayuda a prevenir la diarrea y las infecciones respiratorias y podría incluso ayudar a prevenir infecciones en la piel y los ojos.

Técnica correcta de Lavado de Manos



El procedimiento debe durar entre 40 y 60 segundos.



Mójese las manos con agua



Aplicase suficiente cantidad de jabón en las manos



Frótese las palmas de las manos entre sí



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



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



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



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



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



Frótese con un movimiento de rotación ambas muñecas



Enjuáguese las manos en su totalidad con agua



Séquese las manos cuidadosamente con papel o toalla

En los servicios de salud el lavado de manos es indispensable y debe realizarse especialmente en

5 momentos

