

AUN ENTRE PAREDES, PODEMOS ROMPER BARRERAS ES IMPORTANTE LAVARTE Y SECARTE BIEN LAS MANOS

RECOMENDACIONES | ¿CÓMO HACERLO?

Esta medida de higiene básica te mantendrá seguro, aun estando en casa. De acuerdo con la última edición del Reporte de Higiene y Salud de Essity, lavándote y secándote bien las manos:

- **Eliminas el 90% de los agentes contaminantes en tus manos**
- **Evitas en un 20% los casos de infecciones respiratorias**

Pese a que se trata de una medida de higiene básica, gran cantidad de personas no la realizan de manera adecuada. ¡No olvides hacerlo bien, así nos podemos proteger todos!

Pasos para el correcto lavado y secado de manos:

 <p>1 Utiliza agua y suficiente jabón para lavar tus manos</p>	<p>2 Talla toda la superficie (palmas y dorso), incluyendo las yemas de los dedos, uñas y el espacio entre los dedos, no olvides los pulgares</p> 	 <p>3 Continúa con el tallado por más de 30 segundos</p>
<p>4 Enjuágalas con suficiente agua, no desperdicies</p> 	<p>5 Sécalas bien con una toalla de papel desechable, recuerda que el secado es un paso igual de importante que el lavado</p> 	