

**¿CUANDO NOS LAVAMOS LAS MANOS?
¿COMO NOS LAVAMOS LAS MANOS?
¿POR QUÉ NOS LAVAMOS LAS**

Nosotros nos lavamos las manos antes de . . .

- Comer
- Tocar alimentos, especialmente alimentos que no serán cocinados
- Tocar o poner una venda a una herida o raspadura
- Darle de comer a un niño, a una persona enferma o a una persona mayor de edad
- Cuidar a un enfermo
- Cocinar algún alimento
- Usar el baño o ayudar a alguien que va usar el baño

Nosotros nos lavamos las manos después de . . .

- Comer
- Tocar alimentos, especialmente carnes de res, pollo, pescado, y huevos
- Jugar, especialmente cuando jugamos afuera
- Usar el baño o cuando ayudamos a alguien usar el baño
- Toser, estornudar, o soplar la nariz
- Tocar una herida, raspadura, llaga o salpullido
- Tocar o darle de comer a una mascota
- Limpiar el excremento de un animal
- Cuidar a una persona enferma
- Limpiar nuestras habitaciones
- Cambiar los pañales

Quando nosotros nos lavamos las manos . . .

- Aseguramos hacer burbujas, agitando nuestras manos y cantando una canción de 15 a 20 segundos
- Puede cantar canciones como las mañanitas, "happy birthday," de colores, o cualquier otra canción favorita
- Use jabón y agua tibia para enjuagar y eliminar los gérmenes de las manos
- Siempre utilicé toallas limpias para completamente secarse las manos

Nosotros no tocamos, nosotros le decimos a un adulto cuando vemos o encontramos . . .

- Cualquier clase de agujas, tijeras, vidrios rotos o alguna otra cosa cortante
- Cualquier clase de hule, botella de píldoras, o cualquier cosa fea

