

¿Cuándo nos lavamos las manos?

Una guía para padres y maestros
que se **LEE EN VOZ ALTA**



1. Nos lavamos las manos **ANTES** de...

- Comer, compartir, o cocinar alimentos
- Tocar una herida o raspadura
- Acercarnos a alguien que esté enfermo

2. Nos lavamos las manos **DESPUES** de...

- Comer, compartir, o cocinar alimentos
- Jugar
- Tocar o alimentar a nuestras mascotas
- Usar el baño
- Toser, estornudar, o soplar la nariz
- Tocar una herida o raspadura
- Acercarnos a alguien que esté enfermo

3. Seguimos estos **PASOS** cuando nos lavamos las manos:

- Agitar nuestras manos para hacer burbujas
- Cantar canciones como Happy Birthday, Las Mañanitas, o De Colores
- Usar jabón y agua tibia
- Usar toallas limpias para secarnos las manos

CDCP-ACDC-0003-02 (01/21/14)