

Lávese Las Manos

COMO

Mójelas
con agua
caliente



Lávalas

20 segundos

Enjuáguelas



Séquelas

CUANDO

Lávese las manos antes de preparar comidas o cada vez que sea necesario.

Lávese las manos después de haber:

- ▶ Ido al baño
- ▶ Tocado carne, pollo o pescado crudos, huevos u otros productos de origen animal
- ▶ Interrumpido el trabajo con alimentos (para contestar el teléfono, abrir la puerta o cajones)
- ▶ Fumado
- ▶ Tocado platos, cubiertos o utensilios sin lavar
- ▶ Sacado la basura
- ▶ Tocado la nariz, la boca o cualquier otra parte del cuerpo
- ▶ Estornudado o tosido
- ▶ Cambiado pañales
- ▶ Estado en contacto con animales

Use jabon para lavarse las manos.

Sequese con una toalla limpia o con toallas de papel descartable.

Elaborado por el Programa de Educación y Extensión Nutricional de la Universidad de Massachusetts (UMASS), con el apoyo de la Administración de Alimentos & Productos Medicinales de los Estados Unidos de Norteamérica, en colaboración con la Asociación para la Educación y Sanidad Alimentaria de Massachusetts. Con la asistencia del Departamento de Agricultura de los Estados Unidos de Norteamérica. El Area de Extensión de UMASS brinda igualdad de oportunidades en sus programas y puestos de trabajo.



**UMASS
EXTENSION**