

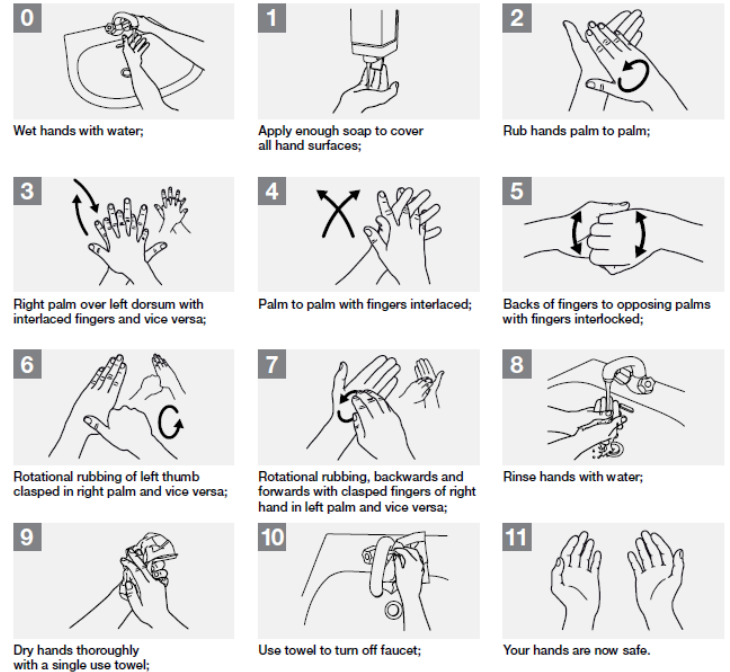
## ¿Qué es la higiene de las manos?

La higiene de las manos es limpiándolas. El lavado regular de manos es una de las mejores maneras de eliminar los gérmenes, evitar enfermarse y prevenir el contagio de gérmenes a otras personas.

## ¿Cómo lo haces?

Las manos se pueden limpiar con agua y jabón o un desinfectante de manos a base de alcohol. Limpiar las manos solo toma 20-30 segundos.

- Uso del desinfectante de manos – Desinfectante de manos contiene alcohol y es un líquido inflamable. Los líquidos inflamables deben almacenarse lejos de fuentes de ignición. Siga las instrucciones de la etiqueta.



*Figura 1 – Imagen de la Higiene de manos de la Organización Mundial de la Salud (OMS): ¿Por qué, cómo y cuándo? (OMS, 2009)*

## ¿Cuándo deberías limpiarte las manos?

Limpie sus manos con frecuencia para prevenir la propagación de bacterias y/o virus que pueden causar enfermedades, como COVID-19. Lávese las manos antes de comenzar a trabajar y antes de comer, beber o usar productos como el tabaco. Luego lávese las manos después de toser/estornudar, usar el baño, vaciar la basura, tocar animales o en cualquier momento en que podrían haberse ensuciado.

## ¿Qué debemos hacer cuando no tenemos agua en nuestro lugar de trabajo o desinfectante de manos?

Se puede utilizar una estación portátil de lavado de manos en una mesa, un recipiente con un caño de manos libres y una cubeta de cinco galones. Las aguas residuales atrapadas en la cubeta/recipiente de cinco galones deben ser vertidas por un drenaje. Asegúrese de mantener el jabón y las toallas de papel en todas las instalaciones de lavado de manos.



*Figura 1 – Imagen de la Higiene de manos de la Organización Mundial de la Salud (OMS): ¿Por qué, cómo y cuándo? (OMS, 2009) Uso de jabón y agua*