

# ¡Lávate las manos!

¡Detén la propagación de los gérmenes!



## Lavado

- 1.) **Mójate** las manos
- 2.) **Añade** jabón
- 3.) **FROTA, FROTA, FROTA**
- 4.) **Enjuaga** las manos
- 5.) **Sécate** las manos

## ¿Cuándo?

- **Antes, después** de comer
- **Después** de ir al baño
- **Después** de sonarse la nariz, toser o estornudar
- **Después** de tocar un animal, o manejar comida para animales
- **Después** de tocar basura

**Si no hay jabón ni agua**

**¡Utiliza desinfectante para manos!**

Para más información visita [www.cdc.gov/handwashing](http://www.cdc.gov/handwashing)

