

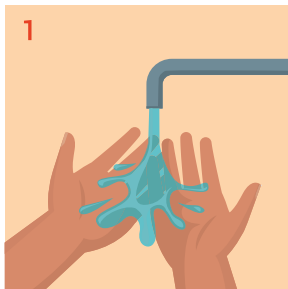


Como higienizar as mãos com água e sabonete?

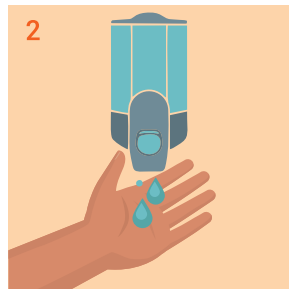
Higienize as mãos, com água e sabonete, quando estiverem visivelmente sujas.



Duração de todo o procedimento: **40 a 60 seg.**



1
Molhe as mãos com água



2
Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das mãos



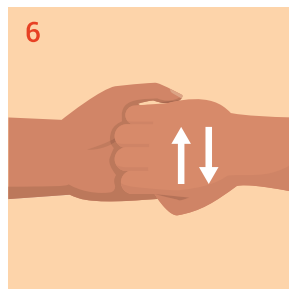
3
Ensaboe as palmas das mãos, friccionando-as entre si



4
Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda entrelaçando os dedos e vice-versa



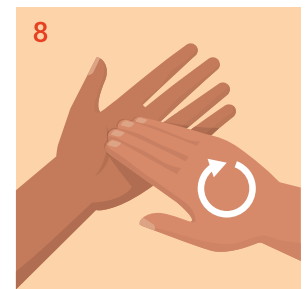
5
Entrelace os dedos e fricção os espaços interdigitais



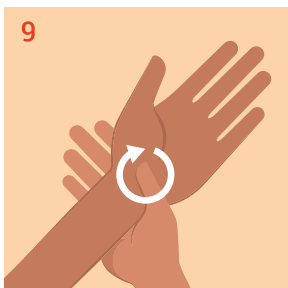
6
Esfregue o dorso dos dedos de uma mão com a palma oposta, segurando os dedos, com movimento de vai-e-vem e vice-versa



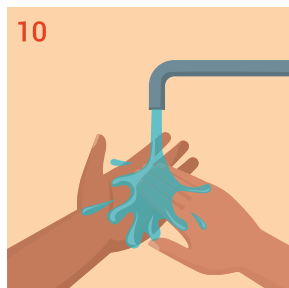
7
Esfregue o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimentos circulares e vice-versa



8
Fricção as pontas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimentos circulares e vice-versa



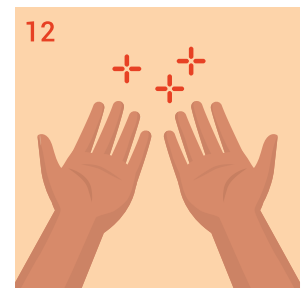
9
Esfregue os punhos da mão direita e depois da mão esquerda



10
Enxágüe bem as mãos com água



11
Seque as mãos com papel toalha descartável



12
Agora, suas mãos estão seguras

[!] Utilize o papel toalha para fechar a torneira, se ela for de comando manual.

Fonte: Anvisa