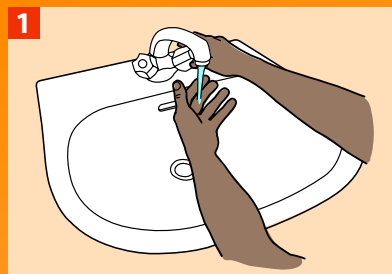
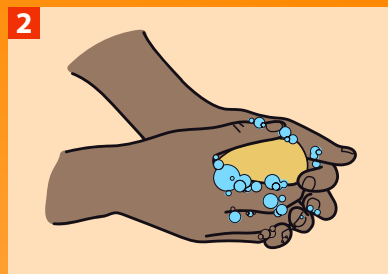


# Lavagem das mãos

Lave as mãos com sabonete e água durante 20 - 30 segundos. Se as mãos estiverem sujas, lave-as com sabão e água, não com gel anti-séptico, durante 40 - 60 segundos. Use gel anti-séptico ou água com cloro se não tiver acesso a sabonete e água.



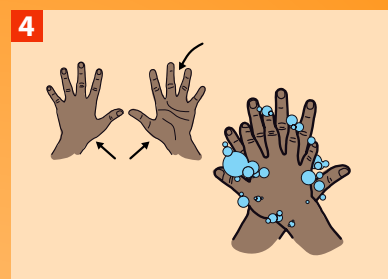
1 Molhe as mãos com água.



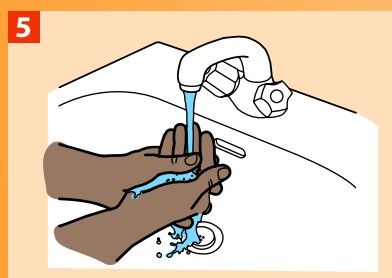
2 Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos.



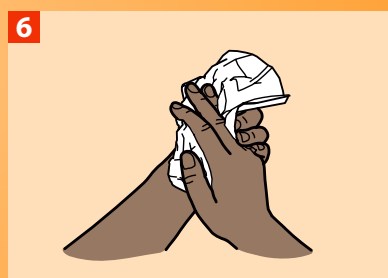
3 Esfregue as mãos uma na outra, massajando todas as superfícies.



4 Lave a parte da frente e de trás das mãos e entre os dedos.



5 Enxágue as mãos com água.



6 Seque as mão completamente usando uma toalha descartável ou um secador de ar.

## Quando Lavar as Mãos

- Antes, durante e depois de preparar comida
- Antes de comer
- Antes e depois de cuidar de um doente
- Antes e depois de tratar um corte ou um ferimento
- Depois de usar a latrina
- Depois de mudar as fraldas ou limpar uma criança que usou a latrina
- Depois de se assoar, tossir ou espirrar