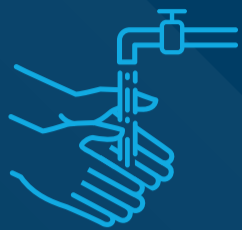




COVID-19

COMO HIGIENIZAR AS MÃOS COM ÁGUA E SABONETE



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

Friccione as palmas das mãos entre si.



4

Friccione a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos, e vice-versa.



5

Entrelace os dedos e friccione os espaços interdigitais.



6

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



7

Esfregue o polegar direito, com o auxílio da palma da mão esquerda, utilizando movimento circular e vice-versa.



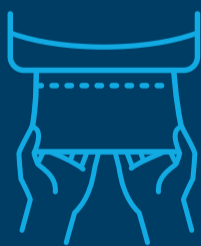
8

Friccione as polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, fazendo movimento circular e vice-versa.



9

Enxágue bem as mãos com água.



10

Seque as mãos com papel toalha descartável.



11

No caso de torneiras com contato manual para fechamento, sempre utilize papel toalha.



12

Agora, suas mãos estão seguras.



Utilize também o álcool em gel para higienizar suas mãos sempre que necessário.

