

COMO HIGIENIZAR AS MÃOS COM ÁGUA E SABONETE



Molhe as mãos com água



Aplique na palma da mão quantidade suficiente de sabonete



Ensaboe as palmas das mãos friccionando-as entre si



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



Entrelace os dedos e fricione os espaços interdigitais.



Esfregue 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



Esfregue o polegar esquerdo, com o auxílio da palma da mão direita, utilizando-se de movimento circular e vice-versa



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



Enxágue bem as mãos com água



Seque as mãos com papel toalha descartável



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



Agora suas mãos estão seguras