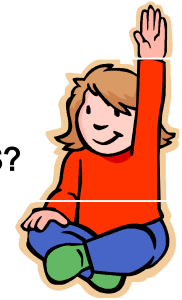
¿CUANDO NOS LAVAMOS LAS MANOS?
¿COMO NOS LAVAMOS LAS MANOS?
¿POR QUÉ NOS LAVAMOS LAS MANOS?



Nosotros nos lavamos las manos ANTES DE . . .

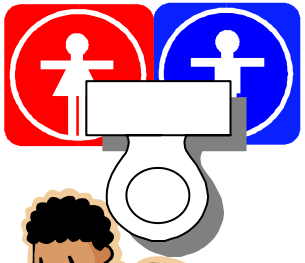
Comer
Tocar alimentos, especialmente alimentos que no serán cocinados
Tocar o poner una venda a una herida o raspadura
Darle de comer a un niño, a una persona enferma o a una persona mayor de edad
Cuidar a un enfermo
Cocinar algún alimento
Usar el baño o ayudar a alguien que va usar el baño

Nosotros nos lavamos las manos DESPUÉS DE . . .

Comer
Tocar alimentos, especialmente carnes de res, pollo, pescado, y huevos
Jugar, especialmente cuando jugamos afuera
Usar el bañó o cuando ayundamos a alguien usar el baño
Toser, estornudar, o soplar la nariz
Tocar una herida, raspadura, llaga o salpullido
Tocar o darle de comer a una mascota
Limpiar el excremento de un animal
Cuidar a una persona enferma
Limpiar nuestras habitaciones
Cambiar los pañales

Cuando nosotros nos lavamos las manos . . .

Aseguramos hacer burbujas, agitando nuestras manos y cantando una canción de 15 a 20 segundos
Puede cantar canciones como las mañanitas, “happy birthday,” de colores, o cualquier otra canción favorita
Use jabón y agua tibia para enjuagar y eliminar los gérmenes de las manos



County of Los Angeles
Department of Health Services
Public Health