

# LAVARSE LAS MANOS

## Sección del código: 2-301.12 Procedimiento de limpieza

### Lavarse las Manos Adecuadamente:

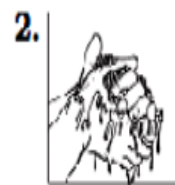
- Lávese siempre las manos en un lavamanos
- Enjuáguese las manos con agua corriente, limpia y tibia
- Aplique jabón y frote las manos vigorosamente durante al menos 10-15 segundos
- Enjuáguese bien las manos con agua corriente, limpia y tibia
- Secarse las manos con toallas de papel o un dispositivo de secado con aire caliente
- Para evitar la recontaminación, cierre el agua con una toalla de papel

### Cuándo lavarse las manos:

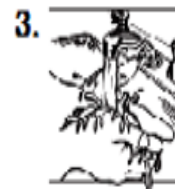
- Después de tocar la piel, el cabello o la ropa
- Después de usar el baño
- Después de cuidar o manipular animales de servicio
- Después de toser, estornudar, usar un pañuelo o un pañuelo desechable
- Después de consumir tabaco, comer o beber
- Después de manipular equipos o utensilios sucios
- Durante la preparación de alimentos, tantas veces como sea necesario para eliminar la suciedad y la contaminación y para evitar la contaminación cruzada al cambiar de tarea
- Cambiar entre trabajar con alimentos crudos y trabajar con alimentos listos para comer
- Después de cambiar un pañal
- **Antes** de ponerse guantes para trabajar con alimentos
- Después de participar en otras actividades que contaminan las manos



1. Mojar las manos con agua tibia y aplicar jabón.



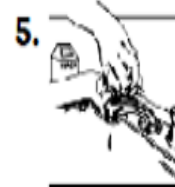
2. Frote las manos durante 10-15 segundos. Limpie debajo de las uñas y entre los dedos.



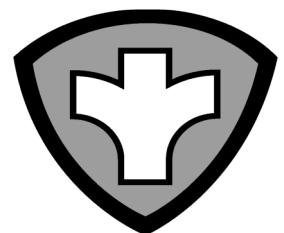
3. Enjuague con agua corriente tibia.



4. Séquese las manos con su propia toalla limpia.



5. Cierre el agua con la toalla de papel. Tire la toalla.



**Public Health**  
Prevent. Promote. Protect.

**Peoria City/County  
Health Department**

Environmental Health  
2116 N Sheridan Rd.

Peoria, IL 61604

(309) 679-6161

[Environmentalhealth@peoriacounty.org](mailto:Environmentalhealth@peoriacounty.org)

February 2018

[www.pcchd.org](http://www.pcchd.org)