

COMO HIGIENIZAR AS MÃOS COM ÁGUA E SABONETE.

Duração de todo o procedimento: 40 a 60 segundos.



1- Molhe as mãos com água. Aplique, na palma de uma das mãos, quantidade suficiente de sabonete líquido para cobrir todas as superfícies das duas mãos.



2- Ensaboe as mãos, friccionando suas palmas.



3- Esfregue a palma da mão direita contra o dorso da mão esquerda, entrelaçando os dedos. E vice-versa.



4- Entrelace os dedos e fricçãoe os espaços interdigitais.



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



6- Esfregue o polegar esquerdo com auxílio da palma da mão direita, em movimento circular. E vice-versa.



7- Friccione polpas digitais e unhas da mão direita contra a palma da mão esquerda, em movimento circular. E vice-versa.



8- Enxágue bem as mãos com água. Seque as mãos com papel toalha descartável.



9- Sempre utilize papel toalha para acionar torneiras de fechamento manual. Agora, suas mãos estão seguras.