

EVITE DOENÇAS. LAVE AS MÃOS.



LAVAR AS MÃOS
PREVINE TODAS
ESTAS DOENÇAS
E LEVA MENOS
DE UM MINUTO.

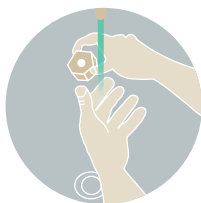
CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



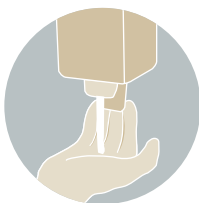
ANS - Nº 32070-6

CONHEÇA O PASSO A PASSO DE **COMO HIGIENIZAR SUAS MÃOS**

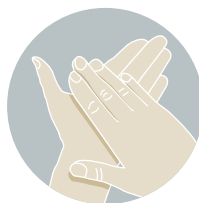
CUIDAR DE VOCÊ. ESSE É O PLANO.



ABRA A TORNEIRA E MOLHE AS MÃOS, EVITANDO ENCOSTAR NA PIA.



APLIQUE NA PALMA DA MÃO QUANTIDADE SUFICIENTE DE SABONETE LÍQUIDO PARA COBRIR TODAS AS SUPERFÍCIES DAS MÃOS



ENSABOE AS PALMAS DAS MÃOS, FRICIONANDO-AS ENTRE SI.



ESFREGUE A PALMA DA MÃO DIREITA CONTRA O DORSO DA MÃO ESQUERDA (E VICE-VERSA) ENTRELACANDO OS DEDOS E FRICIONANDO OS ESPAÇOS INTERDIGITAIS.



ESFREGUE O DORSO DOS DEDOS DE UMA MÃO COM A PALMA DA MÃO OPOSTA (E VICE-VERSA) SEGURANDO OS DEDOS, COM MOVIMENTO DE VAI-E-VEM.



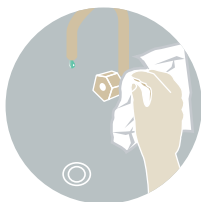
ESFREGUE O POLEGAR DIREITO, COM O AUXÍLIO DA PALMA DA MÃO ESQUERDA (E VICE-VERSA), UTILIZANDO MOVIMENTO CIRCULAR.



FRICIONE AS POLPAS DIGITAIS E UNHAS DA MÃO ESQUERDA CONTRA A PALMA DA MÃO DIREITA, FECHADA EM CONCHA (E VICE-VERSA), FAZENDO MOVIMENTO CIRCULAR.



ESFREGUE O PUNHO ESQUERDO, COM O AUXÍLIO DA PALMA DA MÃO DIRETA (E VICE-VERSA), UTILIZANDO MOVIMENTO CIRCULAR.



ENXÁGUE AS MÃOS, RETIRANDO OS RESÍDUOS DE SABONETE. EVITE CONTATO DIRETO DAS MÃOS ENSABOADAS COM A TORNEIRA.



SEQUE AS MÃOS COM PAPEL-TOALHA DESCARTÁVEL, INICIANDO PELAS MÃOS E SEGUINDO PELOS PUNHOS.

**HIGIENIZE
AS MÃOS:
SALVE VIDAS**