

# LAVAR AS MÃOS

é a melhor maneira de prevenir o desenvolvimento da infecção.

Você está no trabalho—Você está ocupado.

Suas mãos parecem estar limpas—Porém, não estão.

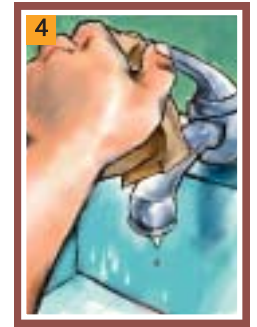
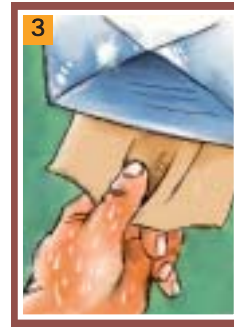
**Em suas mãos encontram-se germes que podem deixar alguém doente.**

Você pode ficar doente—Sua família pode ficar doente—

Seus clientes podem ficar doentes.

**Se você lida com comida, você tem que lavar suas mãos frequentemente.**

## QUANDO você deve lavar suas MÃOS?



- ◆ Chegando ao trabalho
- ◆ Após utilizar o banheiro
- ◆ Após fumar
- ◆ Após espirrar
- ◆ Após tocar seus cabelos, rosto ou roupas
- ◆ Após comer ou beber
- ◆ Após tirar ou antes de colocar um novo par de luvas
- ◆ Antes de mexer com comida, especialmente quando esta já está pronta para comer, como saladas e sanduíches
- ◆ Após mexer com lixo
- ◆ Após lidar com equipamentos, pratos ou utensílios sujos
- ◆ Após tocar em carne crua, aves e peixes
- ◆ Toda vez que você mudar de tarefa - indo de uma coisa a outra

## COMO

### você deve lavar suas MÃOS?

- ◆ Molhe suas mãos com água quente corrente.
- ◆ Passe sabão e esfregue entre os dedos, nas costas das mãos e sob as unhas. Lave por, pelo menos, 20 segundos ou por quanto tempo durar a canção "Parabéns Pra Você" cantada duas vezes para você próprio.
- ◆ Seque as mãos. Use folhas de papel descartáveis ou secador de mãos elétrico.
- ◆ Use uma toalha de papel quando fechar a torneira.



## AS LUVAS

### devem ser trocadas:

- ◆ Sempre que você precisar lavar suas mãos (veja à esquerda)
- ◆ Quando elas estiverem rasgadas ou sujas

