

Living Safely

with disabilities and special health needs

Lavarse las manos con
agua y jabón



Children's
Specialized Hospital®

An RWJBarnabas Health facility



Es importante que siga estos cinco pasos cada vez que me lave las manos.
Primero, me mojo las manos con agua corriente limpia (tibia o fría).
Cierro el grifo y me coloco jabón.



Segundo, me froto las manos para que estén jabonosas.

Me froto la parte de atrás de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
Tercero, me friego las manos al menos durante 20 segundos.

Si necesito un cronómetro, puedo tararear la canción del feliz cumpleaños o la del abecedario de principio a fin, dos veces.



Cuarto, me enjuago bien las manos con agua corriente limpia.



Quinto, uso una toalla para cerrar el grifo.

Después de lavarme las manos, las seco con una toalla limpia o al aire.

Para más recursos de Living Safely (Vivir Seguro), visite <https://www.rwjbh.org/cshlivingsafely>

Valoramos la experiencia en seguridad de nuestros asociados que hayan demostrado su compromiso con tener comunidades sanas e inclusivas.

La información incluida en *Vivir seguro con discapacidades y necesidades especiales de salud (Vivir seguro)* se presenta únicamente con fines educativos e informativos. En el contenido se incluye información general: esta podría no reflejar las necesidades individuales o los acontecimientos jurídicos o información actuales de una persona. Children's Specialized Hospital no garantiza, ni expresa ni implícitamente, la precisión, aplicación, adecuación o exhaustividad de la información incluida en *Vivir seguro*, ni en ningún otro sitio web al que esté vinculado. Children's Specialized Hospital específicamente renuncia a toda responsabilidad en relación con las acciones de cualquier persona, realizadas o no, con base en la totalidad o parte de la información u otro contenido de *Vivir seguro*.



Esta iniciativa fue financiada en parte por una subvención del programa Inclusive Healthy Communities Grant Program (Programa de Subvenciones para Comunidades Sanas e Inclusivas) de la División de Servicios para Discapacitados del Departamento de Servicios Humanos de Nueva Jersey.



© 2021 Children's Specialized Hospital