

## Lavarse las manos con agua y jabón



Es importante seguir estos cinco pasos cada vez que se lave las manos.

1. Mójese las manos con agua corriente limpia (tibia o fría), cierre el grifo y colóquese jabón.
2. Frótese las manos para que estén jabonosas. Frótese la parte de atrás de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas.
3. Friéguese las manos al menos durante 20 segundos. ¿Necesita un cronómetro? Tararee la canción del feliz cumpleaños o la del abecedario de principio a fin, dos veces.
4. Enjuáguese bien las manos con agua corriente limpia.
5. Use una toalla para cerrar el grifo.
6. Después de lavarse las manos, séquelas con una toalla limpia o al aire.

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**.

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