



PROYECTO IAEYE



GIORGIA DELISO

¿PORQUE ES IMPORTANTE LAVARSE LAS MANOS?

Porque las utilizamos continuamente para mantener contacto con otras personas, seres vivos y objetos. Si adquirimos el hábito de lavarlas con frecuencia podremos prevenir enfermedades como:

Sarampión, resfriado común , conjuntivitis, influenza estacional,etc...

De acuerdo con una investigación de la universidad de Colorado, en nuestras manos pueden existir más de 3 mil bacterias, hasta 150 especies distintas. Saludar con la mano puede generar infecciones, a través de este gesto que generalmente sirve para saludar se ganan y se pierden bacterias, las manos actúan como vehículos de transmisión de enfermedades.

¿CUÁNDO SE DEBE LAVAR LAS MANOS?

- Antes de comer y de cocinar
- Después de ir al baño
- Después de limpiar la casa
- Después de tocar animales, incluyendo las mascotas de tu familia
- Después de visitar o cuidar de amigos o familiares enfermos
- Después de sonarte la nariz, toser o estornudar
- Después de estar en el exterior
- Después de manipular el correo o paquetes

¿COMO SE PROPAGAN LOS GÉRMENES?

Los gérmenes se propagan de muchas formas diferentes como:

- Al tocar manos sucias
- A través de agua o comida contaminada
- A través de superficies contaminadas
- Al meterte las manos sucias en la nariz
- Tocarte la boca con las manos sucias
- Al tocarte los ojos con las manos sucias

ETC.....

**CÓMO LAVARSE LAS MANOS
CORRECTAMENTE:**



Moja las dos manos con **agua**



Coge **jabón** líquido en abundancia



Frota bien las **palmas** entre sí



Entrelaza las manos para limpiar bien el **espacio entre los dedos**



Frota el **dorso de la mano** contra la palma de la otra, entrelazando los dedos



Cierra la mano y frota el **dorso de los dedos** con la palma de la otra



Frota los **pulgares** haciendo movimientos rotatorios con la palma de la otra mano



Frota los **dedos** y las **uñas** con la palma de la otra mano



Frota las **muñecas**



Enjuágate bien con agua y **sécate** las manos con papel de un solo uso

Giorgia Deliso Puertas 2ºE