

Cómo lavarse las manos

- 1) Lavarse las manos con jabón líquido debajo de agua corriente tibia al menos durante 20 segundos.
- 2) Lavarse las maños meticulosamente, prestando especial atención a los gérmenes que pueden estar atrapados debajo de las uñas y en las pequeñas arrugas de la piel.
- 3) Enjuagar bien para sacar todos los rastros de jabón.
- 4) Secarse las manos con toallas de papel.
- 5) Utilizar una toalla de papel para cerrar el grifo luego del lavado.
- 6) Dejar que las manos se sequen completamente luego del lavado (antes de entrar en contacto con algo).



Es importante identificar los desafíos que pueden presentarse en su establecimiento, que es posible que constituyan obstáculos para la práctica correcta del lavado de manos.

Averiguar si:

- Hay lavatorios disponibles.
- Hay jabón y toallas de papel disponibles.
- La temperatura del agua es adecuada para el lavado de manos.
- Los niños pequeños alcanzan a los lavatorios, al jabón y a las toallas de papel.
- Los niños tienen tiempo suficiente para lavarse las manos.
- Todos conocen el modo correcto de lavarse las manos.
- Se han comunicado los motivos para realizar un lavado de manos correcto.

Armado de un brazalete “Lávese las manos”

- Fotocopiar en cartulina u otro tipo de papel grueso una imagen a elección relativa al lavado de manos, de las que aparecen en la página 20 del Apéndice del folleto “Lávese las manos” (*Wash Your Hands*). Se pueden encontrar imágenes en el sitio web del NFSMI: <http://www.nfsmi.org/Information/handwashing/booklet070804.pdf>
- Cortar tiras de papel de aproximadamente dos pulgadas de ancho que tengan una longitud suficiente como para formar un círculo alrededor de su propio brazo o del brazo de los alumnos, personal, y demás adultos voluntarios.
- Pegar con cola o con cinta adhesiva la tira de papel de manera de formar un círculo que se ajuste al brazo.
- Colocar la imagen elegida en el frente del círculo.
- Proporcionar suficientes brazaletes para los niños y el personal. Incentivar al personal a que use los brazaletes. ¡A disfrutar!

Recursos adicionales

Mini-carteles de seguridad con los alimentos en el cuidado de los niños (*Child Care Food Safety Mini-Posters*)
http://www.nfsmi.org/Information/postindx_cc.htm

Recursos para el lavado de manos para personas a cargo del cuidado de niños (*Handwashing Resources for Child Care Givers*)
<http://www.familymanagement.com/childcare/practices/handwashing.practices.html>

Lecciones para niños sobre seguridad de los alimentos (*Teaching Children about Food Safety*)
<http://www.extension.iastate.edu/Publications/PM1464.pdf>

Estos sitios Web estaban actualizados al 8 de marzo de 2005.

El presente proyecto se ha financiado, al menos en parte, con fondos federales provenientes del *U.S. Department of Agriculture, Food and Nutrition Service* (Departamento de Agricultura, Alimentos y Nutrición de EE.UU.) a través de un acuerdo de otorgamiento de subsidios con The University of Mississippi. El contenido de esta publicación no refleja necesariamente las opiniones o políticas del Departamento de Agricultura de EE.UU., y la mención de marcas, productos comerciales u organizaciones no implica la aprobación por parte del Gobierno de los Estados Unidos. The University of Mississippi es un Empleador que se rige según las normas de Oportunidad de Empleo y Acción Afirmativa y la Sección 504, Título IX, Título VI de la Ley sobre personas con discapacidades y la Ley sobre discriminación por edad (EEO/AA/Title VI/Title IX/Section 504/ADA/ADEA).