

Vamos lavar as mãos

Lave as mãos na ordem abaixo, fazendo espuma com o sabão.

Preparativo antes de lavar as mãos

- ◆ As unhas estão bem cortadas?
- ◆ Retirou o relógio e os anéis?

Check !



Locais difíceis de se retirar a sujeira

- ◆ ponta dos dedos
- ◆ entre os dedos
- ◆ em volta do polegar
- ◆ pulso
- ◆ rugas das mãos

1. Esfregar bem a palma da mão com a espuma do sabão



2. Esfregar o dorso da mão de forma a alongá-lo



3. Esfregar cuidadosamente a ponta dos dedos e entre as unhas



4. Entrelaçar as mãos e lavar entre os dedos



5. Lavar o polegar envolvendo-o com a palma da mão



6. Não esquecer de lavar também o pulso



Enxaguar para retirar o sabão e secar as mãos com uma toalha limpa