

¡No olvides lavar tus manos! ¡Protégete a ti y a los tuyos!



El 15 de octubre es la fecha que la OMS decretó para el Día Mundial del Lavado de Manos. Se celebra desde 2008.

Este es un hábito que debería ser parte de nuestra rutina diaria y a través del cual evitamos el contagio y propagación de muchas enfermedades, sobre todo en los más pequeños.

El objetivo de este día es procurar que en todo el mundo la práctica de la higiene de las manos sea algo regular, así podemos evitar la propagación de muchas enfermedades que atacan principalmente nuestro sistema digestivo y respiratorio, pero que puede terminar comprometiendo otras partes del organismo.

Nunca antes como ahora, en estos momentos de pandemia y crisis sanitaria global, se ha hablado tanto de la higiene de manos y se le ha dado la importancia que tiene como medida de prevención. **¡El agua y el jabón nos ayudan a protegernos!** Pero no sólo del COVID 19 sino de muchas otras infecciones.

¿Por qué lavarse las manos es tan importante?

La respuesta es sencilla. Nuestras manos son la principal herramienta de trabajo. Con ellas cocinamos, nos aseamos y hacemos un sinfín de otras actividades, lo tocamos todo, permitiendo en muchos casos que entren en contacto con gérmenes, bacterias y sustancias que pueden ser nocivas para nuestra salud.

Tan importante es este hábito que tiene, no una, sino dos fechas dedicadas en el calendario anual. En mayo, el día 5, también se celebra “el Día mundial de la Higiene de manos”.

Os ofrecemos dos infografías para casa o para el cole. Son obra de **Irene Abos Cenarro**, maestra de Educación Infantil. Seguro que os sirven para que vuestros niños aprendan este saludable hábito. Podéis descargarlas en PDF clicando en las imágenes.

SI NOS LAVAMOS LA MANOS ESTAMOS SANOS

¿CÓMO NOS LAVAMOS LAS MANOS?



AGUA

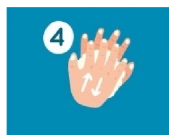


JABÓN

NOS MOJAMOS
LAS MANOS Y
LUEGO
AÑADIMOS
JABÓN



NOS LAVAMOS
LAS PALMAS DE
LAS MANOS Y
ENTRE LOS
DEDOS



FROTAMOS
BIEN LOS
DEDOS SIN
OLVIDARNOS
DEL DEDO
GORDO



NOS LAVAMOS
LAS PALMAS
CON LOS DEDOS
HACIENDO
CÍRCULOS



NOS QUITAMOS
EL JABÓN CON
AGUA Y NOS
SECAMOS CON
UN PAPEL



Y YA TENEMOS
NUESTRAS MANOS
BRILLANTES Y LIMPIAS
¡BUEN TRABAJO!



¿CÚANDO HAY QUE LAVARSE LAS MANOS?



1 CUANDO LLEGAMOS AL COLE

ANTES DE SENTARNOS EN LA ASAMBLEA NOS LAVAMOS MUY BIEN LAS MANOS



2 CUANDO VAMOS A ALMOZAR

ES MUY IMPORTANTE TENER LAS MANOS LIMPIAS CUÁNDO VAMOS A COMER NUESTRO ALMUERZO

3 CUANDO VOLVEMOS DEL RECREO

EN EL RECREO NOS ENSUCIAMOS LAS MANOS, LUEGO EN CLASE LAS LIMPIAMOS BIEN



4 ANTES Y DESPUÉS DE JUGAR EN CLASE Y UTILIZAR MATERIALES COMUNES



5 CUANDO NOS VAMOS A CASA A COMER

ANTES DE IRNOS A CASA A COMER NOS LAVAMOS BIEN



Queremos recordar que seguimos en época de pandemia COVID 19. Queremos lograr que ya nunca olvidemos cuando esto pase, lavarnos las manos como parte de nuestras buenas costumbres. Queremos que participéis en difundir esta idea, a vuestros hijos y vuestras

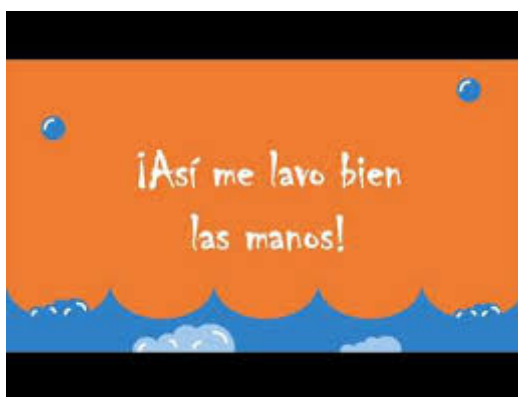
familias y conocidos, porque con ello les estáis protegiendo.

“Salva vidas, lávate las manos”

En nuestra Web puedes informarte para hacerlo muy, muy bien.

- [La importancia de lavarse las manos](#) (Salud y escuela): con enlaces a ***videos didácticos***
- [Hay que lavarse las manos](#)
- [Diez preguntas clave sobre la higiene de manos.](#)
- [Secuenciaticashigienemanos.](#)
- [Programa de Higiene de Manos del Ministerio de Sanidad y Consumo](#)

Puedes también ver cómo se hace en el video del Ministerio de Sanidad elaborado en estos meses en el [siguiente enlace](#) o pinchando en la imagen:



Equipo Editorial Familia y Salud

Fecha de publicación: 8-08-2020
