Northwestern Medicine®

Lávese las manos

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de haber estado en un lugar público o después de sonarse la nariz, toser o estornudar.

Si no tiene acceso a agua y jabón, use un desinfectante de manos que contenga al menos 60% de alcohol. Lave todas las superficies de las manos y entre los dedos. Frótelos hasta que se sientan secos.

Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos si no se las ha lavado.

20-2043B ©2020 Northwestern Medicine. All rights reserved.