

Para lavarte las manos  
adecuadamente...

-  Usa jabón, de preferencia líquido, sino tienes utiliza jabón de pasta en trozos pequeños
-  Talla enérgicamente las palmas, el dorso y entre los dedos
-  Lávalas por lo menos 20 segundos sin olvidar la muñeca
-  Enjuaga completamente
-  Seca las manos con papel desechable
-  Cierra la llave del agua, abre la puerta del baño con el mismo papel y tíralo en el bote de la basura

¡Es divertido lavarse  
las manos con jabón!

¡Recuerda!

El reto es lavarse  
siempre las manos  
con agua y jabón,  
antes de comer  
y después de  
ir al baño.



Para conocer más, consulta la página:

[www.escuelaysalud.dgdlie.basica.sep.gob.mx](http://www.escuelaysalud.dgdlie.basica.sep.gob.mx)

[http://promocion.salud.gob.mx/lavado\\_manos\\_l2/index.html](http://promocion.salud.gob.mx/lavado_manos_l2/index.html)

15<sup>de</sup> OCTUBRE  
Día Mundial  
del Lavado  
de Manos



¡Las manos limpias salvan vidas!



## ¿Por qué crees que es importante lavarte las manos con jabón?

Porque es una práctica fundamental para disminuir las enfermedades gastrointestinales, respiratorias y las infecciones de la piel y de los ojos, y gracias a eso evitamos miles de muertes. A partir del 15 de octubre de 2008 se conmemora el Día Mundial del Lavado de Manos; en ese año se logró que **120 millones de niños y niñas en el mundo se lavaran las manos con jabón** en más de **70 países**.



## Cuando te lavas las manos...

- Promueves la cultura del lavado de manos con agua y jabón
- Eliminas los gérmenes portadores de enfermedades
- Evitas que otras personas se enfermen
- Impides que el fluido nasal, agua sucia, basura y otros desechos te contaminen a ti y a quienes te rodean
- Puedes prevenir diarreas; infecciones en la piel, ojos y vías respiratorias
- Aseguras la higiene de los alimentos que preparas y consumes

## ¡Participa en el Día Mundial del Lavado de Manos!

El 15 de octubre  
organízate con tus  
compañeros y maestros  
para que en los patios de  
recreo, los  
salones de clase, e incluso en los  
espacios públicos de  
tu comunidad  
se realice la práctica del lavado de  
manos con jabón,  
a las once de la mañana y realicen  
actividades educativas  
que contribuyan a fomentar  
este buen hábito