

## UMA MÃO LAVA A OUTRA!

Como realizar uma limpeza adequada?

Primeiramente retire anéis, pulseiras, relógio e outros adornos. Depois siga o passo a passo:

- 1.** Umedeça as mãos e antebraços com água corrente



- 2.** Aplique o sabonete



- 3.** Esfregue uma palma contra a outra



- 4.** Lave os dedos entrelaçado



- 5.** Esfregue o dorso das mãos e os antebraços



- 6.** Lave os polegares



- 7.** Lave as unhas e as pontas dos dedos



- 8.** Lave os pulsos



- 9.** Enxague em água corrente



- 10.** Seque bem



- 11.** Quando possível finalize com álcool em gel 70%

