



GRAN TERRITORIO DE LOS PASTOS
**E.P.S. INDÍGENA
MALLAMAS**
El Autocuidado en salud Para Un Buen Vivir !

Día Mundial del Lavado de Manos

El lavado de manos con agua y jabón es la acción más económica y efectiva para prevenir enfermedades.

15 Octubre



Supersalud
Por la defensa de los derechos de los usuarios

VIGILADO



¿COMO LAVARSE LAS MANOS?

- Moje sus manos y las muñecas y aplique jabón
- Frote sus manos, incluyendo dorso, la palma, los dedos y debajo de las uñas.
- Enjuague sus manos con agua limpia.
- Seque sus manos con una toalla limpia o papel desechable.



GRAN TERRITORIO DE LOS PASTOS
E.P.S. INDÍGENA
MALLAMAS
El Autocuidado en salud Para Un Buen Vivir !

¿CUANDO LAVARSE LAS MANOS?

- Después de ir al baño o cambiar pañales.
- Antes de comer.
- Después de tocar animales o recoger sus heces.
- Al manipular alimentos.
- Después de manipular residuos orgánicos (Tierra, plantas, cascaras de frutas etc.)
- Antes de tocar a un recién nacido, adulto mayor o un enfermo.
- Después de viajar en transporte público.
- Al entrar a tu casa.



EL LAVADO DE MANOS CON AGUA Y JABÓN INTERRUMPE LA CADENA DE TRANSMISIÓN DE:

- Enfermedad diarreica aguada.
- Neumonía y demás infecciones respiratorias.
- Enfermedades de la piel.
- Enfermedades de los ojos.
- Parasitismo Intestinal.



GRAN TERRITORIO DE LOS PASTOS
**E.P.S. INDÍGENA
MALLAMAS**
El Autocuidado en salud Para Un Buen Vivir !



Supersalud
Por la defensa de los derechos de los usuarios

VIGILADO

Dia Mundial del Lavado de Manos

Amazonas
Putumayo Vaupés Cauca

Valle del Cauca

Caldas Bogotá D.C

Nariño

Tolima Huila
Meta

Vichada



GRAN TERRITORIO DE LOS PASTOS
E.P.S. INDÍGENA
MALLAMAS
El Autocuidado en salud Para Un Buen Vivir !