

Lavado de Manos: Desinfectante para Manos

Lavándote las manos puedes detener la propagación de microbios y protegerte a ti y tu familia contra enfermedades. Escoje agua y jabón. Pero si no tienes esa opción, es posible lavarte las manos. Usa un desinfectante de manos con al menos 60% de alcohol.

Hazlo ahora. Paso 1. Aplica el desinfectante en la palma de una mano. Paso 2. Frota las manos juntas. Paso 3. Distribuye el desinfectante por todas las superficies de las manos y dedos hasta que estén secas. Esto debe tomar unos 20 segundos.

Probemos de nuevo. Aplica desinfectante en la palma de una mano. Frota las manos juntas. Distribuye el gel por todas las manos y dedos hasta que se sequen. Esto va a tomar unos 20 segundos. Puedes prevenir la propagación de microbios y mantenerte a ti y a tu familia saludables si usas desinfectante para manos cuando no tengas disponible agua y jabón.

Pero si tus manos están sucias o grasosas, el desinfectante no podrá cortar lo sucio para eliminar los microbios. Es siempre mejor usar agua y jabón, si los tienes disponibles. Para más información sobre el lavado de manos, visita [cdc.gov](https://www.cdc.gov).