



The **best way**
iLavarse las manos
to **prevent**
es la mejor manera
disease is
de prevenir
to **wash**
enfermedades!
your hands!



How to Wash Your Hands Properly

Como lavarse las manos correctamente



1 Wet hands with running water
Con el agua corriendo moje sus manos

2 Pump soap into palms
Ponga jabón en las palmas

3 Rub together to make a lather
Frote sus manos hasta hacer espuma

4 Scrub hands vigorously for 20 seconds
Restriegue las manos por 20 segundos

5 Be sure to clean under fingernails
Asegúrese de limpiar debajo de las uñas

6 Rinse soap off of hands
Enjuague el jabón de las manos

7 Dry hands thoroughly
Seque las manos completamente

8 Use a dry paper towel to turn water off
Cierre la llave con una toalla seca



Sedgwick County Health Department - Departamento de Salud del Condado de Sedgwick
316-660-7300 - sedgwickcounty.org

Administration: 1900 E. 9th St. N., Wichita - Main Clinic: 2716 W. Central, Wichita

PLEASE HELP PREVENT THE SPREAD OF DISEASE
POR FAVOR, AYUDA A PREVENIR LA PROPAGACIÓN DE ENFERMEDADES