



University of Tennessee, Knoxville
**TRACE: Tennessee Research and Creative
Exchange**

Health, and Fitness

UT Extension Publications

5-2006

SP670-D-Su Salud está en sus Manos

The University of Tennessee Agricultural Extension Service

Follow this and additional works at: https://trace.tennessee.edu/utk_agexheal

Recommended Citation

"SP670-D-Su Salud está en sus Manos," The University of Tennessee Agricultural Extension Service, SP670D-3M-5/06 R12-5310-027-004-06, https://trace.tennessee.edu/utk_agexheal/7

The publications in this collection represent the historical publishing record of the UT Agricultural Experiment Station and do not necessarily reflect current scientific knowledge or recommendations. Current information about UT Ag Research can be found at the [UT Ag Research website](#).

This Consejo de Salud en Español is brought to you for free and open access by the UT Extension Publications at TRACE: Tennessee Research and Creative Exchange. It has been accepted for inclusion in Health, and Fitness by an authorized administrator of TRACE: Tennessee Research and Creative Exchange. For more information, please contact trace@utk.edu.



Su Salud está en sus Manos

Manos sucias pasan enfermedades.



Consejos para el lavado de manos:

Lávese las manos:

- ☀ después de usar el baño
- ☀ después de sonar la nariz, estornudar o toser
- ☀ después de tocar plantas u otros materiales que hayan sido tratados con pesticidas
- ☀ después de tocar el suelo o trabajar en el jardín
- ☀ antes de comer o preparar alimentos
- ☀ después de preparar carnes, pollo o pescado crudo
- ☀ después de tirar la basura
- ☀ después de cambiar un pañal
- ☀ después de tocar dinero
- ☀ después de jugar con mascotas u otros animales
- ☀ en forma más frecuente cuando alguien en su casa está enfermo
- ☀ cuando sus manos están sucias



Su Salud está en sus Manos

Manos sucias pasan enfermedades.



Consejos para el lavado de manos:

Lávese las manos:

- ☀ después de usar el baño
- ☀ después de sonar la nariz, estornudar o toser
- ☀ después de tocar plantas u otros materiales que hayan sido tratados con pesticidas
- ☀ después de tocar el suelo o trabajar en el jardín
- ☀ antes de comer o preparar alimentos
- ☀ después de preparar carnes, pollo o pescado crudo
- ☀ después de tirar la basura
- ☀ después de cambiar un pañal
- ☀ después de tocar dinero
- ☀ después de jugar con mascotas u otros animales
- ☀ en forma más frecuente cuando alguien en su casa está enfermo
- ☀ cuando sus manos están sucias



Su Salud está en sus Manos

Manos sucias pasan enfermedades.



Consejos para el lavado de manos:

Lávese las manos:

- ☀ después de usar el baño
- ☀ después de sonar la nariz, estornudar o toser
- ☀ después de tocar plantas u otros materiales que hayan sido tratados con pesticidas
- ☀ después de tocar el suelo o trabajar en el jardín
- ☀ antes de comer o preparar alimentos
- ☀ después de preparar carnes, pollo o pescado crudo
- ☀ después de tirar la basura
- ☀ después de cambiar un pañal
- ☀ después de tocar dinero
- ☀ después de jugar con mascotas u otros animales
- ☀ en forma más frecuente cuando alguien en su casa está enfermo
- ☀ cuando sus manos están sucias



Al lavarse las manos:

- ☀ Use agua tibia
- ☀ Use jabón
- ☀ Frótese bien las manos por 10 segundos por lo menos
- ☀ Lávese ambas partes de las manos, las muñecas, entre los dedos y debajo las uñas
- ☀ Enjuague con agua tibia
- ☀ Séquese las manos con una toalla de papel limpia
- ☀ Apague el grifo con una toalla de papel



Al lavarse las manos:

- ☀ Use agua tibia
- ☀ Use jabón
- ☀ Frótese bien las manos por 10 segundos por lo menos
- ☀ Lávese ambas partes de las manos, las muñecas, entre los dedos y debajo las uñas
- ☀ Enjuague con agua tibia
- ☀ Séquese las manos con una toalla de papel limpia
- ☀ Apague el grifo con una toalla de papel



Al lavarse las manos:

- ☀ Use agua tibia
- ☀ Use jabón
- ☀ Frótese bien las manos por 10 segundos por lo menos
- ☀ Lávese ambas partes de las manos, las muñecas, entre los dedos y debajo las uñas
- ☀ Enjuague con agua tibia
- ☀ Séquese las manos con una toalla de papel limpia
- ☀ Apague el grifo con una toalla de papel

Para Inglés visite

<http://fcs.tennessee.edu/healthsafety/latinohealth>

Para Inglés visite

<http://fcs.tennessee.edu/healthsafety/latinohealth>

Para Inglés visite

<http://fcs.tennessee.edu/healthsafety/latinohealth>

SP670D-3M-5/06 R12-5310-027-004-06

Programs in agriculture and natural resources, 4-H youth development, family and consumer sciences, and resource development. University of Tennessee Institute of Agriculture, U. S. Department of Agriculture and county governments cooperating. UT Extension provides equal opportunities in programs and employment.

SP670D-3M-5/06 R12-5310-027-004-06

Programs in agriculture and natural resources, 4-H youth development, family and consumer sciences, and resource development. University of Tennessee Institute of Agriculture, U. S. Department of Agriculture and county governments cooperating. UT Extension provides equal opportunities in programs and employment.

SP670D-3M-5/06 R12-5310-027-004-06

Programs in agriculture and natural resources, 4-H youth development, family and consumer sciences, and resource development. University of Tennessee Institute of Agriculture, U. S. Department of Agriculture and county governments cooperating. UT Extension provides equal opportunities in programs and employment.