



**Buenos Aires**  
Provincia

DIRECCIÓN PROVINCIAL DE INFRAESTRUCTURA  
ESCOLAR

---

DIRECCIÓN DE OBRAS Y PROYECTOS

---

INSTRUCTIVO  
LAVADO DE MANOS

---

**PROGRAMA GIRE**  
GESTIÓN INTEGRAL DEL RIESGO EN LAS ESCUELAS

---

Mayo 2016

## LAVADO DE MANOS

Normalmente transportamos en nuestras manos millones de microbios, en su gran mayoría inofensivos. Otros, sin embargo, pueden causar enfermedades, como por ejemplo: resfrío común, gripe, diarrea, hepatitis.

Si nos olvidamos de lavarnos las manos o no lo hacemos adecuadamente, podemos diseminar gérmenes y transmitirlos a otras personas, o también autocontagiarnos cuando nos tocamos los ojos, la boca, la nariz o una lastimadura.

Cada uno de nuestros establecimientos educativos, como así también nuestros hogares concentra gran cantidad de microorganismos.

Un niño que ingresa gérmenes al establecimiento educativo puede infectar a compañeros y/o personal del establecimiento, y viceversa a sus familiares. Por ejemplo, el virus de la gripe puede sobrevivir más de 48 horas en algunas superficies: teclas de luz, control remoto, tubos de teléfono, picaportes, pasamanos, barandas de escaleras, teclados, mouse, entre otras. Desde este Programa Gestión Integral del Riesgo en las Escuelas, sostenemos en la importancia de la implementación de la Cultura Preventiva.

El rol de las escuelas es fundamental en la comunicación de las medidas de prevención de la gripe y otras infecciones respiratorias agudas en la comunidad educativa, a través de actividades destinadas a promover los hábitos que disminuyen su transmisión:

- Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo descartable al toser o estornudar, o en caso de no tener un pañuelo cubrirse con el pliegue del codo.
- Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón. Sólo en el caso de que no haya agua y jabón disponibles utilizar alcohol en gel.
- Ventilar los establecimientos periódicamente.
- Extremar las medidas de higiene, principalmente en los baños y las superficies de contacto (manija de las puertas, grifos de baños, mesadas, etc.).

## IMPORTANCIA DEL LAVADO DE MANOS

Reduce mucho la posibilidad de adquirir y diseminar enfermedades respiratorias y gastrointestinales.

Evita la transmisión de gérmenes resistentes a los antibióticos.

Disminuye el ausentismo escolar.

Reduce considerablemente la transmisión de enfermedades.

## CUANDO DEBEMOS LAVARNOS LAS MANOS

### ANTES DE:

- Preparar comida o comerla.
- Curar una herida o atender a alguien que está enfermo.
- Colocarse o quitarse los lentes de contacto.

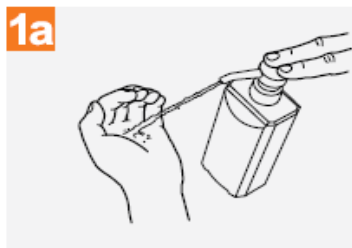
### DESPUÉS DE:

- Ir al baño.
- Sonarse la nariz, estornudar o toser
- Manipular alimentos crudos, especialmente carnes.
- Manipular basura.
- Curar una herida, atender a alguien que está enfermo o a bebés recién nacidos.
- Cambiar pañales.
- Tocar a animales o manipular sus excrementos.
- Hacer deportes o gimnasia.
- Asistir a un lugar público: hospitales, escuelas, entre otros.

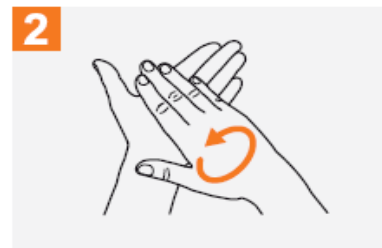
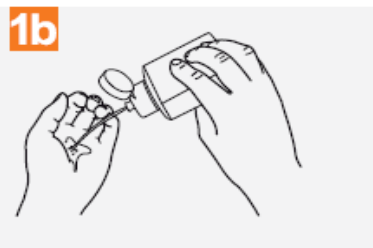


## COMO LAVARSE LAS MANOS

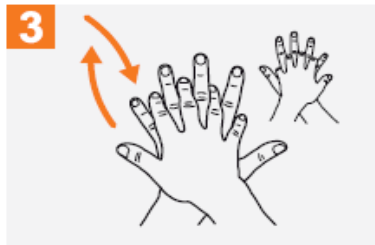
**⌚ Duración de todo el procedimiento: 20-30 segundos**



**1a** Deposite en la palma de la mano una dosis de producto suficiente para cubrir todas las superficies;



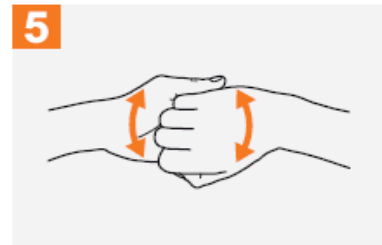
**2** Frótese las palmas de las manos entre sí;



**3** Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



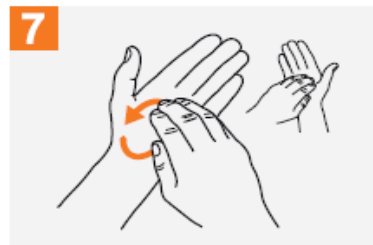
**4** Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



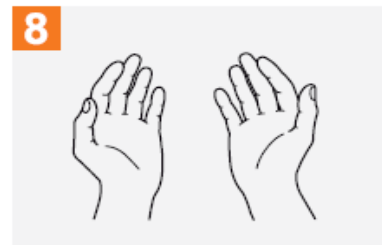
**5** Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



**6** Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



**7** Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



**8** Una vez secas, sus manos son seguras.

Hacemos extensiva la propuesta de la Organización Mundial de la Salud en el marco de la Campaña Mundial “**Salve vidas: límpiense las manos**” – 5 de mayo de 2016.