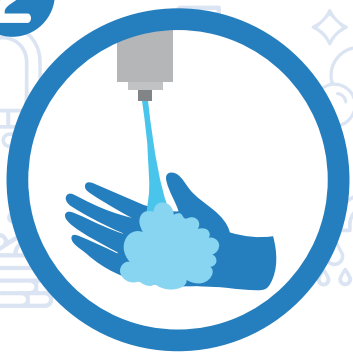
Higienizar as mãos: uma responsabilidade de todos

1

ACESSÓRIOS

Retire todos os acessórios, como anéis, relógios e pulseiras, antes de lavar as mãos

2



ÁGUA E SABÃO

Molhe as mãos com água corrente limpa (quente ou fria), feche a torneira e aplique sabão

3

ESFREGAR

Esfregue as mãos por pelo menos 20 segundos, ensaboando as palmas, as costas das mãos, entre os dedos, debaixo das unhas e os punhos

4

ENXAGUE

Enxágue bem as mãos em água corrente limpa

5

SECAR

Seque as mãos com uma toalha limpa ou de papel. Com a mesma toalha, feche a torneira

Saúde Naval®