

El Recinto de Ciencias Médicas de la Universidad de Puerto Rico es un patrono con igualdad de oportunidades en el empleo. No se discrimina en contra de ningún miembro del personal universitario o en contra de aspirante a empleo por razón de raza, color, sexo, nacimiento, edad, impedimento físico o mental, origen o condición social, ni por ideas políticas o religiosas.

La Escuela Graduada de Salud Pública es la única escuela en Puerto Rico acreditada por el Consejo de Educación en Salud Pública.

El desarrollo de este producto fue posible gracias al auspicio de la Administración de Deficiencias en el Desarrollo, Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos, asignación de fondos #90DDUC0055-02-00



Teléfonos

(939) 454-1696

(787) 758-2525, ext. 2401, 1539

Dirección física y postal

Casa Rosada, Calle Palmetum
Jardín Botánico Sur, 1187 Calle Flamboyán
San Juan, PR 00926-1117

PO Box 365067

San Juan PR 00936-5067

Dirección electrónica:

institutodd.rcm@upr.edu

Página electrónica

<http://iddpr.rcm.upr.edu>



Instituto de Deficiencias en el Desarrollo

Revisado: septiembre, 2019)



Recinto de Ciencias Médicas Escuela Graduada de Salud

... lava tus manos
¡CON MUCHO JABÓN!

y ...
¡ELIMINA LOS MICROBIOS!



Instituto de Deficiencias en el Desarrollo

Centro Universitario para la Excelencia
en Educación, Investigación y Servicios

... ¿por qué **LAVARSE** las las manos con agua y jabón?

... para protegerte de los gérmenes, bacterias y microbios. La higiene es esencial para cumplir la misión de la salud pública en reducir la transmisión de las enfermedades y sus consecuencias.



... porque es un antídoto que ha sido y continúa siendo una de las intervenciones más costo-efectivas contra la transmisión de enfermedades y las reduce hasta un 45% (promover el lavado correcto de manos, con agua y jabón, puede salvar muchas vidas.

Los padres pueden promover en sus hijos o hijas desde pequeños que adquieran el hábito de lavarse las manos bien y con frecuencia porque ... los niños están expuestos a las bacterias y los virus durante todo el día: al tocar a un amigo, compartir juguetes o acariciar una mascota. Al llevar a cabo estas actividades, sus manos recogen los gérmenes y pueden infectarse rápidamente si se frotan los ojos, se tocan la nariz o se meten los dedos en la boca.

ENJABONA ... FROTA y ENJUAGA ...

Adoptar el hábito de lavarse las manos con agua y jabón interrumpe la transmisión de agentes patógenos por lo que podría considerarse como “la vacuna más eficaz contra las infecciones durante la infancia”.

Se recomienda lavarse las manos ...

Antes de:

- cocinar o preparar la comida
- lactar al bebé

Después de:

- viajar en autobús
- toser o estornudar
- cambiar el pañal del infante
- regresar del trabajo



La manera apropiada de **LAVARSE** las manos

... ¡las manos limpias te protegen de infecciones!!

