

Lavarse bien las manos elimina los gérmenes



Atendiendo al Hoosier Healthwise,
Healthy Indiana Plan y Hoosier Care Connect

Los gérmenes están en todas partes. No se ven, pero pueden causar enfermedades.

Los gérmenes se diseminan cuando usted:

- Tose.
- Estornuda.
- Toca a otra persona.
- Toca un objeto como un picaporte o un juguete.

¡Procure que lavarse las manos sea divertido!



Canta canciones como esta:
(con la tonada de "Vamos a remar, en un botecito")

A lavar y lavar y lavar las manos

A fregarse las manos muy bien

Así se van los gérmenes

Y te mantienes saludable

¡Los gérmenes odian el agua y el jabón!



¡Basta de diseminar gérmenes!

Escoja las gotas de agua que le indican cuándo debe lavarse las manos. Coloréelas de azul. Coloree el resto de las gotas de agua de rojo.

Antes de ponerte los zapatos

Antes de comer

Después de soplarte la nariz

Antes de ir a jugar

Antes de cantar

Después de ir al baño

Después de estornudar

Después de jugar con las mascotas



¡Es hora de una broma!

¿Qué corre pero no camina?

Hay una
**manera
correcta**
de lavarse
las manos.

Escriba la primera
letra de cada palabra.
Luego escriba una
letra de por medio
(una sí y otra no).
El primero ya está
hecho. Cuando
resuelva este
acertijo, sabrá cómo
lavarse las manos
correctamente.

Ejemplo: U G S D E A Q G T U R A C P Á E L G I U D R A
U S E A G U A C Á L I D A.

U R S W E M L U R C O H W O J S A P B J O R N

F S R D I C E U G R U A E L Y A T S M H A P N A O K S

C G U O E U N B T H E H T A H S M T O A D T I N E A Z

E R N Y J I U Q A N G L U T E E S L J O A S B F O G N

S D E T Q C U R E G S K E L Y A W S M H A J N D O T S

¿Necesita ayuda con su cuidado de la salud, para hablar con nosotros o leer lo que le enviamos? Proporcionamos nuestros materiales en otros idiomas y formatos sin costo alguno para usted. Llámenos a la línea gratuita al 1-866-408-6131 (Hoosier Healthwise, Healthy Indiana Plan); 1-844-284-1797 (Hoosier Care Connect); TTY 711.

Broma: el agua del grifo
Frase oculta: Use mucho jabón. Fríguese las manos. Cuente hasta diez. Enjuague el jabón. Séquese las manos.
Coloración de gotas: Azul: después de soplar la nariz; antes de comer; después de ir al baño; después de estornudar; después de jugar con las mascotas; Rojo: Antes de ponerse los zapatos; antes de salir a jugar; antes de cantar