# Genera menos desperdicios

### Salvemos nuestro planeta

- Utiliza pilas (Baterías) recargables.
- 2. Evita usar productos desechables.
- 3. Si tienes que comprar botellas desechables, compra botellas más grandes.
- 4. Evitar utilizar bolsas de plástico cuando puedas utilizar otras.
- Evita comprar productos con exceso de empaques, o productos que en realidad no necesites tanto.



O Campus Norte " Edison Riera R."

Avda. Antonio José de Sucre, Km. 1.5 Vía a Guano
Teléfonos: (593-3) 37 30 880 ext. 3000

Q Campus "La Dolorosa"

Avda. Éloy Alfaro y 10 de Agosto. Teléfonos: (593-3) 37 30 910 • ext. 3001

**Q** Campus Centro

Duchicela 17-75 y Princesa Toa Teléfonos: (593-3) 37 30 880• ext. 3500

**Q** Campus Guano

Parroquia La Matriz, Barrio San Roque vía a Asaco

www.unach.edu.ec











UNIDAD DE RIESGOS LABORALES, S A L U D O C U P A C I O N A L Y G E S T I Ó N A M B I E N T A L

Libres por la Ciencia y el Saber

INFORMATIVO No.8 AGOSTO DE 2015

# Genera menos desperdicios

Higiene de las Manos



Fuente del texto: Información de la Unidad y del Reglamento de Seguridad y Salu Ocupacional de la UNACH 2015

## Higiene de las Manos

¡Sabias que es común encontrar entorno a 10 millones de bacterias fijadas en la punta de un dedo y que dependiento de las condiciones del crecimiento sean buenas(a temperatura corporal, nutrientes y la humedad), la mayoría de las bacterias pueden duplicarse cada 20 minutos con suficiente agua y comida .Por tanto en menos de solo 8 horas una célula puede multiplicarse más de 10 millones y que tan solo un recuento de 10 a 100 bacterias son suficientes para causar enfermedades infecciosas.



# Tècnica de lavado de manos según la Organización Mundial de la Salud

Duración total del procedimiento: 40-60 segundos



Mojar las manos;



Aplicar jabón suficiente para cubrir ambas manos;



Frotar palma con palma;



Palma derecha sobre dorso izquierdo con los dedos entrelazados y viceversa;



Palma con palma; con los dedos entrelazados;



Frotar las uñas en las palmas opuestas con los dedos unidos



Frotar el pulgar izquierdo en forma Circular sobre la palma derecha y; viceversa;



Frotar las yemas en la palma izquierda en forma circular y viceversa;



Enjuagar las manos con abundante agua



Secar bien con una toalla descartable;



Cerrar la canilla con la misma toallita



...Una vez secas sus manos están seguras

Manual ¿Cómo lavagrse las manos? - OMS

¡ Te presentamos la solución ¡