

# Manual de lavagem das mãos

As mãos são "portadoras" de microorganismos patogênicos que causam a intoxicação alimentar.

A contaminação alimentar causada pelas mãos de manipuladores de alimentos é uma das principais causas da intoxicação alimentar.

Para evitar a intoxicação alimentar, lave as mãos corretamente e nos momentos adequados.



## Quando lavar as mãos

- (1) Quando for iniciar o serviço, quando for mudar de serviço
- (2) Após o descanso (como sanitário / refeição)

(3) Quando manusear pano ou espanador de limpeza

(4) Quando tocar no rosto ou nos cabelos

(5) Após a limpeza ou quando tocar as mãos em caixa de lixo

(6) Ao atender o cliente ou após atender (como atender ao telefone)

## Preparos antes de lavar as mãos

- As suas unhas estão aparadas e curtas?
- Não está com as unhas pintadas?
- Retirou o relógio de pulso e anéis?

### 1

Molhe totalmente as mãos



### 2

Ponha o detergente líquido nas mãos



### 3

Lave as palmas das mãos e as polpas dos dedos.



### 4

Lave o dorso das mãos e dos dedos.



### 5

Lave o intervalo entre os dedos e suas bases.



### 6

Lave os polegares e suas bases.



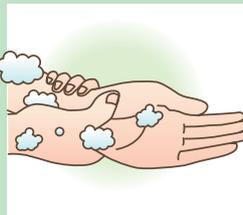
### 7

Lave a ponta dos dedos.



### 8

Lave os pulsos.



### 9

Enxague em água corrente



### 10

Enxugue totalmente com toalhas de papel.

*Não compartilhe toalhas, etc.*



### 11

Jorre o álcool nas mãos.

*Depois de aplicar diretamente o sabonete debaixo e ao redor das unhas, esfregue de maneira geral sobre os dedos.*



## Lavar as mãos duas vezes seguidas é mais eficiente.

*Repita os passos [2] a [9] duas vezes seguidas.*

*Lave as mãos duas vezes seguidas para eliminar os vírus e germens.*

## OBS

- Não há efeito suficiente de esterilização com álcool, se tiver umidade nas mãos. Seque totalmente a umidade das mãos.
- Para evitar a re-contaminação, desligue a água, usando papel de toalha para segurar a alavanca da torneira.
- Se utiliza uma escova de unha, lave-a e mantenha-a limpa.



## Os lugares que costumam ficar resíduos

- Nas pontas dos dedos
- Entre os dedos
- Ao redor do dedão
- No pulso
- Nas rugas das mãos

