Higiene na Palma da Mão

Materiais necessários

1. Água;
2. Glitter;
3. Sabão;
4. Papel Toalha.

Procedimentos

Primeiramente molhe as mãozinhas com água e então passe o glitter espalhando bem entre os dedos e o dorso. Na sequência aplique o sabão e inicie o processo de limpeza com objetivo de remover todo o glitter. Para a limpeza siga os seguintes passos:

- Espalhe o sabão pelas palmas das mãos, de um lado e do outro;
- Depois, lave no vão dos dedos esfregando bem;
- Lave as digitais e ponta dos dedos para higienizar as unhas;
- Friccione a ponta dos dedos de uma mão contra a palma da outra mão fechada em concha;
- Faça movimentos circulares das pontas dos dedos;
- Esfregue o polegar direito com auxílio da mão esquerda, repita o mesmo procedimento com o polegar esquerdo;
- Esfregue o punho direito com auxílio da mão esquerda, repita o mesmo procedimento com o punho direito;
- Enxágue bem;
- Seque com papel e o utilize para fechar a torneira, se for necessário. (https://www.youtube.com/watch?v=Z2CoaSc4STY).

Como lavar as mãos?

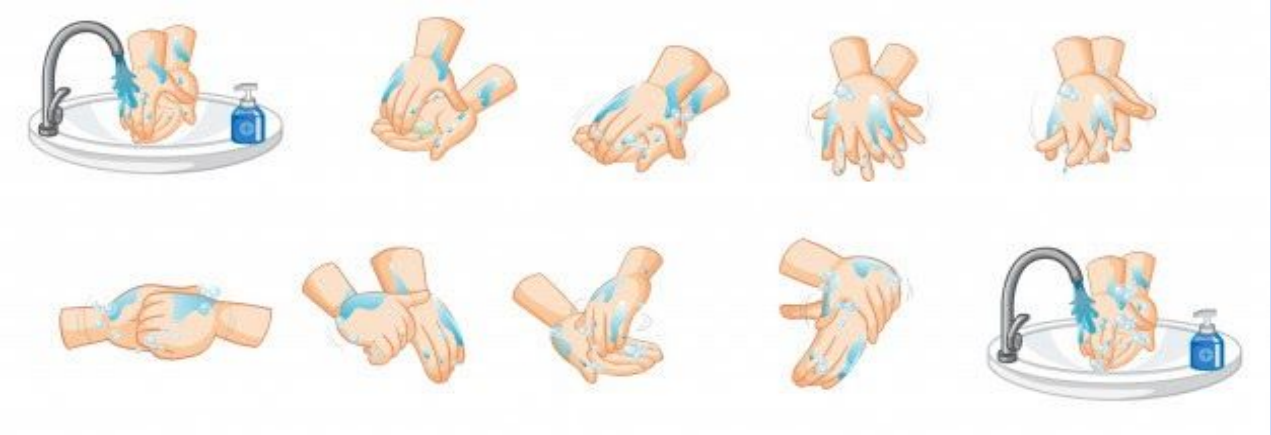

Ilustração - Lavagem das mãos.

Para Pensar

- O que o glitter utilizado representa?
- Você conseguiu remover todo o glitter?
- Saiu tudo facilmente? Permaneceram resíduos?
- O sabão facilitou o processo de remoção do glitter, por quê?

Referência

NOCTA, Redação. **Qual o jeito certo de lavar as mãos**. Disponível em: http://nocta.com.br/blog/2020/03/18/qual-e-o-jeito-certo-de-lavar-as-maos/. Acesso em: 25 jan. 2021.