

**TENER BUENA SALUD ESTA EN TUS MANOS**

**¡Lava  
bien tus  
manos!**

**1**  
Moja tus  
manos.

**2**  
Usa  
suficiente  
jabón.

**3**  
Frota todas las  
superficies de  
tus manos  
lavándolas por  
20 segundos.

**4**  
Enjuaga tus  
manos con agua  
limpia y sécalas  
con una toalla  
limpia.

*Food Safety Begins on the Farm*



[www.gaps.cornell.edu](http://www.gaps.cornell.edu)

**LAVA TUS MANOS FRECUENTEMENTE**