



AZIENDA SANITARIA LOCALE

Novara

IGIENE DELLE MANI

**LAVARSI LE MANI...
PERCHE' E' IMPORTANTE?**



**UN GESTO SEMPLICE,
CHE PROTEGGE.**

Questa brochure è parte del progetto:

“L’igiene delle mani... dagli occhi dei bambini”

Un’iniziativa dedicata ai piccoli pazienti
che, attraverso disegni e creatività,
raccontano quanto sia importante lavarsi le mani.

Realizzato in occasione del

5 Maggio 2026

"Giornata Mondiale dell’Igiene delle Mani"

Promossa dall'Organizzazione Mondiale della Sanità



AZIENDA SANITARIA LOCALE

Novara



PERCHÈ È COSÌ IMPORTANTE?

Ogni giorno le mani raccolgono microrganismi invisibili toccando superfici e persone. Lavarsi regolarmente aiuta a prevenire la diffusione delle infezioni.



*È un gesto semplice,
per proteggere la propria salute
e quella degli altri.*

QUANDO LAVARSI LE MANI?

Lavare le mani nei momenti giusti è essenziale per interrompere la catena di trasmissione dei germi.

È particolarmente importante:

- Prima di mangiare o preparare alimenti
- Dopo essere andati in bagno
- Dopo aver tossito, starnutito o soffiato il naso
- Dopo aver utilizzato mezzi pubblici
- Dopo aver toccato animali o rifiuti
- Dopo aver assistito una persona malata

***Queste semplici abitudini aiutano a proteggere
sia te che chi ti sta intorno.***


COME LAVARSI LE MANI?

Come lavarsi le mani con acqua e sapone?

LAVA LE MANI CON ACQUA E SAPONE, SOLTANTO SE VISIBILMENTE SPORCHE! ALTRIMENTI, SCEGLI LA SOLUZIONE ALCOLICA!

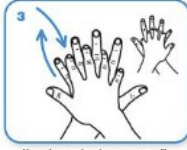
ccm
Centro Nazionale per Sorveglianza e il Controllo della Salute

Durata dell'intera procedura: **40-60 secondi**

- 

Bagna le mani con l'acqua
- 

applica una quantità di sapone sufficiente per coprire tutta la superficie delle mani
- 

friziona le mani palmo contro palmo
- 

il palmo destro sopra il dorso sinistro intrecciando le dita tra loro e viceversa
- 

palmo contro palmo intrecciando le dita tra loro
- 

dorso delle dita contro il palmo opposto tenendo le dita strette tra loro
- 

frizione rotazionale del pollice sinistro stretto nel palmo destro e viceversa
- 

frizione rotazionale, in avanti ed indietro con le dita della mano destra strette tra loro nel palmo sinistro e viceversa
- 

Risciacqua le mani con l'acqua
- 

asciuga accuratamente con una salvietta monouso
- 

usa la salvietta per chiudere il rubinetto
- 

...una volta asciutte, le tue mani sono sicure.