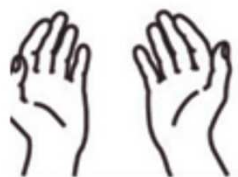
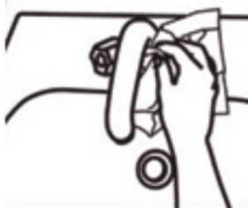
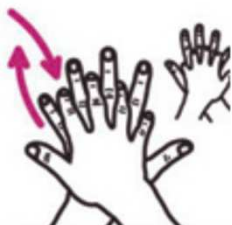


## Atividade n.º 5

Atividade:	Procedimentos para lavar as mãos		
Área temática:	Saúde Sexual e Reprodutiva	5º	6º
		●	●
Disciplina(s):	P; LE; HGP; M; C; EV; ET; EM		
Objetivos: <ul style="list-style-type: none"><li>▪ Conhecer o procedimento correto da lavagem das mãos.</li><li>▪ Adotar este procedimento no quotidiano.</li></ul>			
Duração:	Recursos:		
30 min.	<ul style="list-style-type: none"><li>▪ Cartões com imagens do procedimento da lavagem das mãos (Ficha n.º 5.1)</li><li>▪ Lista das fases do procedimento da lavagem das mãos (Ficha n.º 5.2)</li></ul>		
Passo a passo:			
1. Recortar os cartões.			
2. Dividir a turma em grupos de 4/5 alunos.			
3. Entregar a cada grupo um conjunto de cartões com a ilustração da lavagem de mãos e um conjunto de frases que descrevem cada uma das imagens para que os alunos façam a devida correspondência.			
4. Corrigir a atividade com a ajuda da ficha n.º 5.3.			
5. Posteriormente os alunos devem fazer a simulação do procedimento corretamente.			
6. Depois de todos os alunos conhecerem o procedimento, incentivar a sua prática junto da família e amigos.			



Molhar as mãos com água
Aplicar sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos
Esfregar as palmas das mãos, uma na outra
Esfregar a palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice-versa
Esfregar palma com palma com os dedos entrelaçados
Esfregar a parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados
Esfregar o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice-versa
Esfregar rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice-versa
Enxaguar as mãos com água
Secar as mãos com toalhete descartável
Utilizar o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual

# Lavagem das mãos



Duração total do procedimento: 40-60 seg.



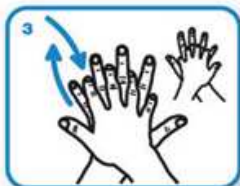
Molhe as mãos com água



Aplique sabão suficiente para cobrir todas as superfícies das mãos



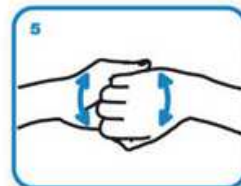
Esfregue as palmas das mãos, uma na outra



Palma direita sobre o dorso esquerdo com os dedos entrelaçados e vice versa



Palma com palma com os dedos entrelaçados



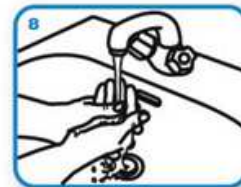
Parte de trás dos dedos nas palmas opostas com os dedos entrelaçados



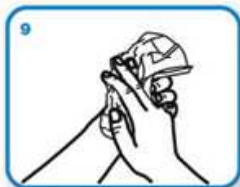
Esfregue o polegar esquerdo em sentido rotativo, entrelaçado na palma direita e vice versa



Esfregue rotativamente para trás e para a frente os dedos da mão direita na palma da mão esquerda e vice versa



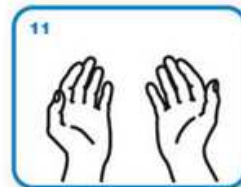
Enxague as mãos com água



Seque as mãos com toalhete descartável



Utilize o toalhete para fechar a torneira se esta for de comando manual



Agora as suas mãos estão seguras.

Fonte: DGS