

# NOVO CORONAVÍRUS

# COVID-19

## LAVAGEM DOS PÉS



Duração total do procedimento: 20 seg.

Irás demorar o mesmo tempo que cantas os "Parabéns"?



Molha os pés



Aplica sabão suficiente para cobrir todas as superfícies dos pés



Esfrega as palmas dos pés, uma na outra



Palma com palma com os dedos entrelaçados



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



Esfrega rotativamente para trás e para a frente os dedos do pé direito na palma do pé esquerdo e vice versa



Esfrega o tornozelo esquerdo com o pé direito e vice versa



Enxagua os pés com água



Seca os pés com um toalhete descartável