

# HIGIENE DE MANS

## TÈCNICA PER FRICCIÓ

## AMB PREPARATS AMB ALCOHOL

De 20 a 30 segons



1

Palmell contra palmell



2

Palmell de la mà dreta  
Sobre el dors de l'esquerra  
i viceversa



3

Palmell amb palmell,  
amb els dits entrellaçats



4

Dors dels dits  
contra el palmell oposat  
amb els dits travats



5

Fricció per rotació dels dits de la  
mà esquerra tancada al voltant  
del polze dret i viceversa



6

Fricció per rotació de les puntes  
dels dits units contra el palmell  
de la mà contrària i viceversa

<http://canalsalut.gencat.cat>

<http://seguretatdelspatients.gencat.cat>

