

# #salud en tus Manos

## Recomendaciones de Agua, Saneamiento e Higiene (WASH) en la escuela

El buen estado de la infraestructura de agua, saneamiento e higiene (WASH por sus siglas en inglés Water, Sanitation and Hygiene) y la limpieza del ambiente escolar ayudan a fomentar la salud y el aprendizaje.



El saneamiento deficiente, la escasez y la mala calidad del agua junto con nulos o inadecuados hábitos de higiene, son condiciones que facilitan la propagación de enfermedades.

Por ello es importante tomar en cuenta estas recomendaciones:

### Agua:



Tener agua limpia para beber.



Lleva contigo tu propia botella rellenable con tu nombre.



Toma suficiente agua durante el día.



Lava tu botella todos los días.

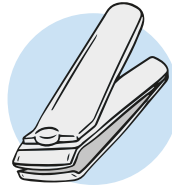
## Higiene:



Conserva los salones de clases limpios y ordenados.



Lávate las manos con agua y jabón frecuentemente o usa alcohol en gel.



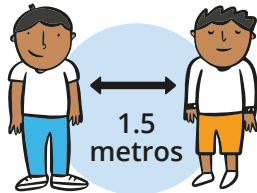
Mantén uñas de manos y pies cortas y limpias.



Usa ropa y zapatos limpios.



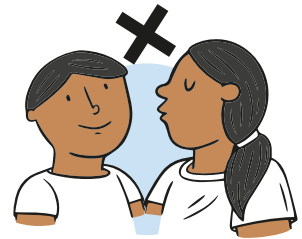
Evita tocar tus ojos, nariz y boca.



Mantén sana distancia con las personas.



Evita compartir alimentos y utensilios.



No saludes de mano o abrazo.



Usa, en todo momento y de manera adecuada, el cubrebocas.

## Saneamiento:



Mantén los baños limpios.



Recolecta la basura en lugares seguros.



Cierra la llave de agua mientras te enjabonas y al terminar de usarla.



Usa sólo la cantidad de agua necesaria para la limpieza.