

# As suas mãos precisam de cuidados delicados em momentos difíceis.

**1** | **Lave as mãos** durante 20 segundos com sabão e água morna ou use um desinfetante à base de álcool.\*



**2** | **Seque bem as mãos;** evite esfregá-las.\*



**3** | **Aplique um hidratante** logo a seguir.



## Razões para hidratar:

- O sabão e a água podem retirar os óleos naturais e protetores da pele.
- Os desinfetantes à base de álcool podem secar a pele.
- As fissuras da pele podem comprometer a barreira natural da pele.
- A secura das mãos pode provocar doenças como a dermatite.