

HABITOS DE HIGIENE ANTES DURANTE Y DESPUES DEL CONSUMO DE ALIMENTOS



lavado de manos frecuente

Con el lavado de manos frecuente se puede reducir la transmisión de enfermedades respiratorias y parasitarias.

higiene bucal

Cepillar los dientes después de cada comida y el uso de hilo dental reduce el riesgo de caries y de infecciones.



ducha diaria

El baño diario es una medida de higiene muy importante para evitar y eliminar los gérmenes que traemos alrededor del día.



en la mesa

Procuramos que no caiga comida de los platos, no jugamos con la comida y masticamos bien los alimentos



a la hora de comer

Utilizamos correctamente los cubiertos y no jugar con ellos. Nos sentamos bien en la mesa

