



FI1 - Ficha Temática de Mãos Saudáveis

Ficha Temática

Mãos Saudáveis

O que faz com que as nossas mãos fiquem sujas?

Ficamos com micróbios nas nossas mãos através de tudo o que tocamos, como maçanetas das portas, as carteiras na escola, no chão ou pelos nossos animais de estimação. Também focamos com micróbios nas mãos quando damos as mãos, pomos o dedo no nariz ou espirramos para as mãos.

Por que devemos lavar as mãos?

Lavamos as mãos para eliminar os micróbios nocivos que podem pôr-nos doentes. É importante lavar as mãos depois de usar a casa de banho, antes de comer ou de cozinhar, depois de acariciar animais ou depois de tossir ou espirrar.

Surpreenda os seus amigos e familiares com estas curiosidades.

- A maioria dos micróbios nas nossas mãos está sob as unhas.
- Quase todas as pessoas dizem que lavam as mãos depois de ir à casa de banho, mas mais da metade não o faz. Imagine-se o que pode estar nas suas mãos.
- A maioria dos puxadores das sanitas tem 400 vezes mais micróbios do que o assento da sanita.
- Há mais micróbios na mão de uma pessoa do que pessoas no planeta.
- Lavar as mãos é a melhor maneira de parar a transmissão de micróbios.
- Alguns micróbios podem permanecer vivos nas nossas mãos.