



UNITAT DIDÀCTICA MULTIMÈDIA

Escola

Rentar-se les mans

Objectius:

- Saber per què cal rentar-se les mans
- Diferenciar entre neteja i desinfecció
- Reconèixer quan cal rentar-se les mans
- Aprendre a rentar-se bé les mans

Continguts:

- Com rentar-se les mans
- Freqüència
- Per què? Importància, motius, etc.
- Diferències entre neteja i desinfecció
- Recorda

Activitats:

- Joc: Abans i després de ...". Aprendre a reconèixer quan cal rentar-se les mans

Procediments:

- Observació directa
- Reconeixement i descripció
- Vocabulari científic
- Informació

La importància de rentar-se les mans

Pensa-hi : Ho has vist milers de vegades a les pelis, quan els cirurgians es renten les mans, se les eixuguen i les mantenen cap enlaire. Qualsevol germen o bacteri pot tornar-hi, lliscant braços avall!!!!

Una norma de salut bàsica és rentar-se les mans.

Com rentar-se les mans

Les mans porten més **bacteris i gèrmens** escampats del que ens podem imaginar. De vegades no som conscients del material "perillós" per a la nostra salut que tenim a les pròpies mans.

Cal doncs, rentar-se-les bé, per dur-les ben netes.

Com?

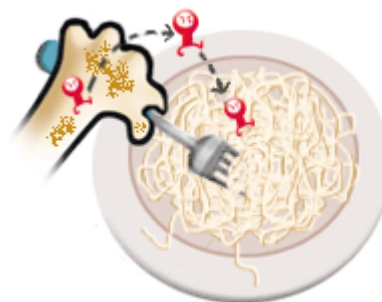
- Amb aigua tèbia, si és possible, perquè l'aigua calenta desinfecta millor.
- Mullar-se les mans abans de fer servir el sabó.
- Fregar-se les mans durant uns 10 segons sense oblidar-se cap racó. Fregar fins als canells.
- Esbandir-se les mans amb compte, sense malbaratar l'aigua (recorda que és un bé escàs al planeta) i eliminant del tot el sabó.
- Caldria tancar l'aixeta amb una tovallola de paper, o, si no n'hi ha, sense tocar-la gaire.
- Eixugar-se les mans amb una tovallola de paper neta.



RECORDA

Les mans s'han de rentar **SEMPRE** després de:

- Haver anat al bany (de vegades, abans i tot).
- Haver de preparar aliments o haver de menjar.



Freqüència

Els bacteris i els gèrmens no els veiem a simple vista; per tant, no sabem mai si tenim les mans netes del tot.

És important rentar-se les mans sovint; és **NECESSARI** rentar-se-les quan:

- Hem de preparar aliments
- Hem de menjar
- Hem d'anar al bany
- Hem tocat animals o restes d'animals.
- Hem curat un ferit.
- Tenim les mans brutes.
 - Estem malalts.
 - Hem mocat un nen o un malalt.



Per què? Importància, motius, etc.

Ens hem de rentar les mans per la nostra salut.

Per estar sans i bons.

Si no ens les rentem, podem anar guardant porqueria a les mans que ens pot fer posar malalts a nosaltres i a les persones amb qui estem.

Totes les coses que toquem poden estar brutes i passar-nos **bacteris** o **gèrmens**:

- El pom d'una porta
- La barana d'una escala
- La barana de l'autocar
- Tocar-nos el nas o treure'ns un moc

Diferències entre neteja i desinfecció

La **neteja** es refereix només a l'ús de l'aigua i del sabó per fer desaparèixer la brutícia i la majoria dels gèrmens.

La **desinfecció**, en canvi, es refereix a l'ús de solucions netejadores que contenen ingredients que maten els bacteris i altres gèrmens. Moltes pells o superfícies sembla que estan netes, però poden tenir gèrmens.

Quan s'han de rentar o desinfectar coses especials, cal prendre precaucions.



Segueix aquestes normes:

Fes servir guants de goma quan hagis de netejar sang, vòmits o defecacions, o quan tinguis talls o ferides a les mans. Aquestes lesions permeten l'acció de la infecció. Tot i fer servir guants, renta't les mans després de netejar o desinfectar una superfície.

Llegeix les instruccions amb atenció abans de fer servir un producte desinfectant.

Renta abans la superfície bruta amb aigua.

Deixa reposar el desinfectant uns segons, seguint les instruccions del fabricant del producte.

Renta't les mans quan acabis. I vigila de no tocar-te amb els guants els ulls, el nas ni la boca.

Recorda

En una casa hi ha dues parts que han de rentar-se i desinfectar-se correctament i sovint: la cuina i el bany.

A la cuina, els possibles bacteris que tinguin els aliments poden contaminar les superfícies i la preparació dels menjars. Si prenem menjar contaminat, podem posar-nos malalts, tenir desordres de salut.

Al bany, cal respectar les més mínimes mesures d'higiene. I abans de sortir-ne, rentarse sempre les mans.

Joc

Abans de fer segons quines coses, ens hem de rentar les mans. I després de fer segons quines altres, també.

Fixa't en un dibuixet. Si cal rentar-se les mans abans, fes-hi una fletxa cap a l'esquerra.

Si cal rentar-se-les després, fes-hi una fletxa cap a la dreta. Fes el mateix amb els altres dibuixets.

rentar-se les mans



Abans de...

Després de...