



## Rap Para Lavarse Las Manos

La forma más simple e importante para no contaminar las comidas con gérmenes y para evitar que la gente se enferme es lavándonos las manos. Cuando nos lavamos las manos, comenzamos haciéndolo con agua tibia, después agregamos jabón, y nos refregamos las manos por 20 segundos. Necesitamos tener cuidado de lavarnos bien entre los dedos y debajo de las uñas.

Para asegurarnos que nos refregamos las manos por 20 segundos, podemos cantar el “Rap Para Lavarse Las Manos.”

### Rap Para Lavarse Las Manos

Tienes que lavarte las manos y  
Lavártelas bien  
No dejes a los gérmenes vencer  
Sin luchar bien.



Usa agua tibia,  
Burbujas jabonosas muchas  
Estas son tus armas para prevenir problemas de gérmenes.



No acortes el tiempo, no  
Tus dedos -entre tus dedos –  
Son 20 segundos  
Y tus dedos limpios están.

Lavarlas, lavarlas,  
Lava tus manos.  
Lavarlas, lavarlas,  
Lava tus manos.

La letra original en inglés del “Rap Para Lavarse Las Manos” es del programa *Operation RISK team* de la Extensión de Michigan State University de MSU College of Human Ecology. Versión en inglés usada con autorización.