



# Salud e higiene del trabajador

Tener prácticas correctas de higiene en los trabajadores y reducir el potencial de contaminación es importante durante todo el ciclo productivo del aguacate. Algunas de las acciones que se deben tomar en cuenta son:



Lávate las manos antes de entrar a trabajar, durante la cosecha, después de ir al baño y después de los descansos.



Si usas guantes cuídalos como a tus manos y lávalos constantemente.



No comas, mastiques chicle, fumes o bebas otro líquido aparte de agua en toda la zona de producción.



No permitas el ingreso de mascotas o animales de granja en las áreas de producción.



Usa sanitarios o letrinas para hacer tus necesidades y mantenlos limpios.



Recuerda usar agua potable para lavarte las manos y para beber.

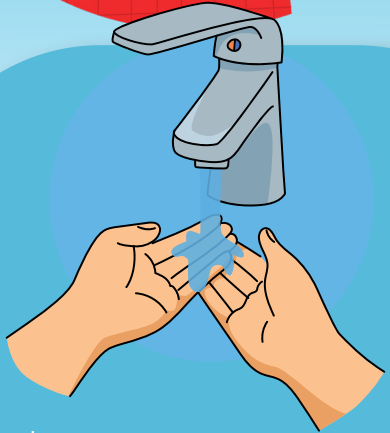


Capacítate cada año sobre saneamiento e higiene y cumple con lo que te enseñan.





# ¿Cómo lavarse las manos?



1

Moja las manos con agua corriente y potable.



2

Aplica una cantidad adecuada de jabón para cubrir todas las superficies de las manos.



3

Restriega frotando las manos palma con palma, restriega los antebrazos con la palma de la mano.



4

Luego restriega el dorso de cada mano con la palma opuesta entrelazando los dedos, continúa restregando palma con palma con los dedos entrelazados.



5

Luego, frota el dorso de los dedos de una mano con la palma opuesta agarrando los dedos.



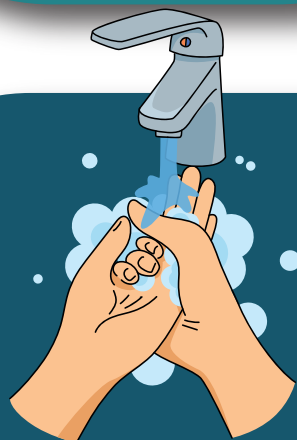
6

Frota cada pulgar con la palma de la mano opuesta en un movimiento de rotación.



7

Frota la punta de los dedos de cada mano contra la palma de la mano opuesta en un movimiento circular.



8

Enjuaga bien las manos con agua corriente y potable para eliminar todo el jabón y la suciedad.



9

Seca las manos con una toalla de papel desechable.

## Importante

Es obligatorio lavarse las manos con agua y con jabón. Utilizar únicamente el desinfectante NO es una práctica aceptable.

