



Actividad de lavado de manos con una manzana de Héroe de Alimentos

Suministros necesarios:

- Cinco bolsas de plástico sellables
- Marcador permanente O cinta y bolígrafo
- 1 manzana
- Tabla para cortar y un cuchillo para cortar manzanas
- Jabón para manos
- Toallas de papel
- Zapato

Tiempo de preparación: 10 minutos

Tiempo de la actividad: observación durante dos semanas

Instrucciones para preparar la actividad:

1. Lave la tabla para cortar en su lavaplatos o a mano, usando agua caliente y detergente o jabón y enjuagándola bien. Séquela con una toalla de papel limpia.
2. Etiquete las cinco bolsas con un marcador permanente o cinta y bolígrafo. Utilice estos cinco términos en negrita para las cinco etiquetas:
 - **Control** (la rodaja de manzana que no se tocará)
 - **Manos sin lavar** (la rodaja de manzana que se tocará con manos sin lavar)
 - **Manos limpias** (la rodaja de manzana que se tocará con manos lavadas)
 - **Soplo** (la rodaja de manzana a la que se va a soplar)
 - **Zapato** (la rodaja de manzana que se limpiará en la suela del zapato de alguien)
3. No permita que los niños se laven las manos antes de comenzar la actividad; necesitarán las manos sin lavar para el paso 6. Los adultos deben lavarse las manos antes de comenzar.



4. Invite a los niños a mirar mientras corta la manzana en al menos cinco pedazos en la tabla para cortar limpia.
5. Invite a los niños a mirar mientras que usted cuidadosamente pone una rodaja de manzana en la bolsa de plástico etiquetada “Control” usando el cuchillo para deslizarlo fuera de la tabla y dentro de la bolsa. Selle la bolsa. *Esta es su manzana control que debe ayudarle a ver la diferencia en la descomposición entre manzanas con gérmenes y manzanas sin gérmenes.*
6. Invite a un niño a agarrar una rodaja de manzana y frotar las manos en toda la rodaja, luego poner la rodaja en la bolsa “Manos sin lavar” y sellarla.
7. ¡Ahora es el momento de una sesión de lavado de manos! *Si tiene varios niños lavándose las manos y / o está en un salón de clases, use nuestro método de Lavado de Manos de Alta Velocidad para lavar bien las manos de su grupo y de manera oportuna.* <https://foodhero.org/hand-washing-tools>. Indique a los niños que se laven muy bien las manos con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos, luego que las sequen con una toalla de papel limpia.
8. Invite a un niño a frotar una rodaja de manzana por todas sus manos limpias, luego ponga la rodaja en la bolsa etiquetada “Manos limpias” y séllela. Invite a un niño a agarrar otra rodaja de manzana y soplar por todas partes de la rodaja, luego coloque la rodaja en la bolsa “Soplo” y séllela.
9. Invite a un niño a agarrar la última rodaja de manzana y limpiarla en la suela de un zapato que haya usado recientemente afuera. Dígame que ponga la rodaja en la bolsa etiquetada “Zapato” y la selle.
10. Coloque todas las bolsas de rodajas de manzana juntas en un lugar seguro donde puedan verlas durante dos semanas.
11. Revise las rodajas con frecuencia. Durante la primera semana, no habrá mucha acción más que un poco de oxidación. Con el tiempo, debería comenzar a ver diferentes cantidades y tipos de bacterias que se forman en las rodajas contaminadas. Comparen las manzanas. Tomen fotos o graben algunas notas sobre cada manzana.
12. Mientras observan los cambios en sus manzanas, hablen sobre las lecciones que han aprendido:
 - ¿Qué nos dice esta actividad sobre por qué nos lavamos las manos?
 - ¿Por qué debemos toser en el codo en lugar de en el aire?
 - ¿Por qué el uso de una mascarilla ayuda a mantener la salud de las personas?
 - ¿Por qué debemos lavarnos las manos antes de cocinar y comer?