

Medidas para PREVENIR el contagio del Coronavirus

COVID-19

1

Estornudo de etiqueta

AL **TOSER** O **ESTORNUDAR**,^{*} CUBRE TU BOCA Y NARIZ CON UN PAÑUELO DESECHABLE Y TÍRALO A LA BASURA.



O UTILIZA EL ÁNGULO INTERNO DEL BRAZO, ¡NUNCA CON LAS MANOS!



DESPUÉS LAVA TUS MANOS CON AGUA Y JABÓN.

2

Lavado de manos

LAVA TUS MANOS DE LA MANERA CORRECTA Y FRECUENTE CON AGUA Y JABÓN.



O BIEN, PUEDES USAR SOLUCIONES A BASE DE ALCOHOL GEL AL 70%.



3

Resguardo en casa

EN CASO DE TENER SÍNTOMAS DE RESFRIADO O GRIPE:



- ⚠ Acudir a revisión médica y no automedicarse
- ⚠ Evitar contacto con otras personas
- ⚠ Evita dar besos, saludar de mano

Estas medidas no farmacológicas son las más eficaces para evitar que las enfermedades respiratorias se contagien a otras personas.



JUÁREZ¹
NUEVO LEÓN

**SECRETARÍA
DE SALUD**