

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**:



- 1 Acudir a **revisión médica** y **no automedicarse**
- 1 **Evitar contacto** con otras personas
- 1 **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.



JUÁREZ
NUEVO LEÓN

SECRETARÍA
DE SALUD