

Buena higiene



LÁVESE LAS MANOS

con frecuencia con agua y jabón,
o desinfectante para manos



CÚBRASE AL TOSER

o estornudar con un pañuelo, o con
la parte interna del codo



QUÉDESE EN CASA SI ESTÁ ENFERMO/A

incluso si tiene síntomas leves
de resfriado o gripe



EVITE TOCARSE LA CARA

especialmente ojos, nariz y boca