

# COVID-19

## MEDIDAS DE HIGIENE AL TOSER O ESTORNUDAR

EVITE QUE LAS PERSONAS A SU ALREDEDOR SE ENFERMEN



**CÚBRASE LA BOCA Y LA NARIZ CON UN PAÑUELO DESECHABLE AL TOSER O ESTORNUDAR.**



**POSTERIORMENTE, DESECHE EL PAÑUELO USADO EN UN BASURERO Y LÁVESE LAS MANOS CON AGUA Y JABÓN O USE GEL ANTIBACTERIAL A BASE DE ALCOHOL.**



**SI NO CUENTA CON UN PAÑUELO DESECHABLE A LA MANO, TOSA O ESTORNUDE EN EL PLIEGUE INTERNO DEL CODO, NO LO HAGA EN LAS MANOS.**



**SI PRESENTA INFECCIONES RESPIRATORIAS, UTILICE MASCARILLAS PARA PROTEGER LA SALUD DE LOS DEMÁS.**