

Hábitos para prevenir el contagio



Pañuelos de papel

delante de boca y nariz protegen a los demás cuando usted tosa o estornude. Tire el pañuelo después de usarlo. A continuación, lávese las manos.

Usar el codo flexionado

delante de boca y nariz protegerá a los demás al toser o estornudar cuando no tenga a mano pañuelos de papel.



Lávese las manos

a menudo y minuciosamente, especialmente cuando haya estado en contacto con otras personas.

Desinfección de manos

usando soluciones alcohólicas es una buena alternativa cuando no sea posible lavarse las manos, por ejemplo, al viajar.

