

CUBRA SU TOS

Cubra su boca y
nariz con un pañuelo
cuando tosa o
estornude



tosa o
estornude a la
manga superior,
no en sus manos



Tire los
pañuelos
usados

LÁVESE LAS MANOS DESPUÉS DE TOSER O ESTORNUDAR



Lavarse las manos con jabón
y agua corriente tibia
es más efectivo



O utilice un desinfectante de
manos con base de alcohol
cuando no tenga agua y jabón