

Anexo 1

Recomendaciones para los viajeros y público en general

Medidas preventivas a promover:

- Lavado correcto de manos con agua y jabón, o mantener la higiene con desinfectante a base de alcohol.
- Cubrirse la boca y nariz al toser o estornudar, con pañuelo desechable y descartarlo inmediatamente.

Otras medidas a aplicar:

- Evitar el contacto con personas enfermas
- Quedarse en casa cuando esté enfermo de infección respiratoria que no amerite hospitalización
- No tocarse los ojos, nariz o la boca
- Adoptar hábitos para la buena salud, tales como limpiar y desinfectar superficies que se tocan con frecuencia en casa, el trabajo o la escuela, en especial cuando alguien está enfermo, dormir lo suficiente, mantenerse activo físicamente, controlar el estrés, beber líquidos en abundancia y comer alimentos nutritivos.

Es importante estar dispuesto a colaborar si fuera necesario con el personal de Salud Pública u otras instituciones de apoyo que le soliciten información relacionada con viajes, conexiones recientes y contacto con pacientes enfermos