

Orientaciones de prevención contra COVID-19

¿Necesita salir de la casa?

Siga algunos consejos importantes



Si es posible, dé preferencia a ropas de manga larga, que protege más su cuerpo.



Si es posible, evite el transporte público. Si es necesario, no olvide lavarse las manos antes y después y no tocarse la cara durante el viaje.



Si tiene gripe o tos, póngase una máscara antes de salir.



Lleve toallitas desechables para utilizar en ascensores y al tocar en objetos.



Amase y deseche la toallita en una bolsa cerrada dentro de la basura.



Cuando tosa o estornude, en lugar de las manos, cúbrase la cara con el brazo o con toallitas desechables.



Evite usar billetes o monedas. Si es necesario, higienice las manos inmediatamente después del uso.



Lávese o higienice las manos después de tocar cualquier objeto o superficie.



No se toque la cara antes de higienizar las manos.



Ate el pelo. Evite usar pendientes, anillos y cadenas. Si lo usa, límpielo tan pronto como llegue a casa.

Mantenga distancia de otras personas en este momento.

Muy pronto, todo esto pasará.