



**La mejor protección es lavarse las manos:**

**Láveselas con frecuencia**

- Use agua y jabón
- Láveselas durante al menos 20 segundos

**Use desinfectante para manos**

- A base de alcohol
- Cuando lavárselas no sea una opción



**Evite el contacto cercano:**

**Con las personas enfermas** o que puedan parecer enfermas.

**Quédese en su casa** si está enfermo. No exponga a los demás.



**Mascarillas:**

**Cúbrase la boca y la nariz** con un protector facial de tela cuando esté cerca de otras personas. Podría contagiar el COVID-19 a otras personas incluso si no se siente mal.



**Cúbrase al toser o estornudar :**

**Use un pañuelo de papel y luego**

- Deseche el pañuelo
- Lávese las manos

**Cubrirse con el brazo**

- Cuando no tenga un pañuelo de papel



**Limpie y desinfecte con frecuencia:**

**Con un producto de limpieza para el hogar, limpie**

- Los objetos que se tocan con frecuencia
- Las superficies utilizadas con regularidad