

¿Cómo puedo protegerme del Covid-19?

Cubrirse boca y nariz

Al toser o estornudar, cubrirese la boca y nariz con el codo flexionado



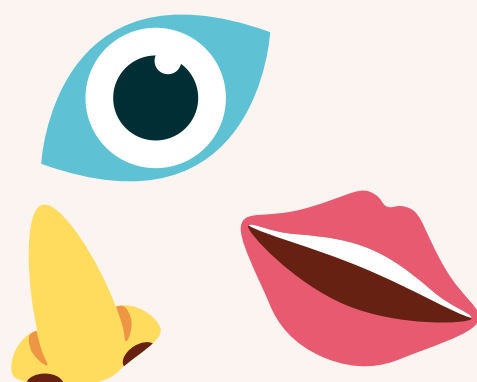
Lávate las manos

Lavarse las manos con agua o soluciones alcoholicas frecuentemente, especialmente si ha tenido contacto con personas enfermas o con su entorno



Evita tocarte ojos, nariz y boca

Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, puesto que las manos facilitan su transmisión.



Evita lugares concurridos

Se debe evitar acudir a lugares que impliquen aglomeraciones de personas.



Usar pañuelos desechables

Utilizar pañuelos desechables y tirarlos tras su uso



Mantener distancia

Mantener distancia interpersonal de al menos 1'5 metros



Si presentas síntomas

Si presentas síntomas asociados con el COVID-19 (fiebre, tos seca y dificultad para respirar), recurre al servicio de salud, pero llama primero al teléfono de atención de COVID-19 de tu comunidad o con tu centro de atención primaria

