

Prevención:

SIGA ADVERTENCIAS DE VIAJE



Siga las recomendaciones de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades al considerar cancelar o posponer los viajes.

LÁVENSE LAS MANOS



Detenga la propagación de **gérmenes** que causan enfermedades lavándose las manos con frecuencia. Use desinfectante de manos si no hay agua y jabón disponibles.

EVITE TOCARSE LA CARA



Mantenga las manos alejadas de los ojos, la nariz y la boca para evitar la propagación de virus de las manos.

CÚBRASE LA BOCA Y LA NARIZ



Cuando tosa o estornude, cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo o use su manga o codo en lugar de las manos.

EVITE EL CONTACTO CON PERSONS ENFERMAS



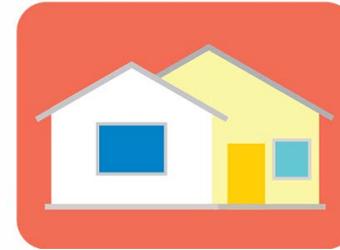
Lávese las manos con frecuencia para deshacerse de los gérmenes que haya recogido de otras personas

LIMPIE Y DESINFECTE



Utilice un desinfectante que elimine virus para limpiar las superficies utilizadas con frecuencia, como la perilla de la puerta.

QUÉDESE EN CASA CUANDO ENFERMO



Evite salir cuando esté enfermo, excepto para recibir atención médica.

MANTENGA HÁBITOS SALUDABLES



Duerma lo suficiente, coma alimentos saludables, beba mucho líquido y, si es posible, haga ejercicio para mantener fuerte su sistema inmunológico.