

# Cúbrete al toser y estornudar



OR



Cubre tu boca y nariz con un pañuelo al toser, estornudar o limpiar tu nariz

Tose o estornuda en tu brazo o codo, no en tus manos

Bota tus pañuelos usados directamente al basurero



Lava tus manos con agua y jabón



Limpia tus manos con un desinfectante a base de alcohol en caso de no contar con agua y jabón