

¿Qué puedo hacer para protegerme del coronavirus Covid-19?

La mejor manera de **prevenir la infección** es evitar la exposición al virus que causa el coronavirus Covid-19 y mantener una correcta higiene.

Estas medidas te ayudarán:

1. Evitar el contacto cercano con personas enfermas



2. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar



3. Lavarse frecuentemente las *manos* con agua y jabón al menos 40 segundos. Usar desinfectante de manos que contenga al menos un 60% de alcohol si no dispone de jabón y agua.



4. Si está *enfermo/a*, para prevenir la propagación de la enfermedad respiratoria a las demás personas, *quédate en casa*.



5. Cubrirse la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar y luego tirarlo a la basura.



6. Limpiar y desinfectar los *objetos* y las *superficies* que se tocan frecuentemente.

