

Prevención y Control de las Enfermedades Respiratorias

1

Cúbrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar.



2

Si no tienes un pañuelo, estornuda cubriéndote la boca y nariz con el ángulo que forma la unión del brazo y el antebrazo.



3

Evita el contacto directo con personas enfermas, cambios bruscos de temperatura, el tabaquismo activo o pasivo.



Prevención y Control de las Enfermedades Respiratorias

- 4** Evita dar besito e incluso la mano al momento de saludar. Todos entenderán que lo haces por prevención.



- 5** Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, los microorganismos se propagan de esta manera.



- 6** En caso presentes síntomas respiratorios o hayas estado en contacto con personas enfermas, hazte un chequeo médico.



Síntomas



Fiebre



Dolor de
cabeza



Nariz
Tapada



Dolor
muscular



Tos



Dolor de
garganta