

HIGIENE RESPIRATORIA Y CONTROL DE LA TOS

Todas las personas con síntomas de infección respiratoria deben implementar medidas de higiene respiratoria /etiqueta de la tos.



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



Evite el contacto directo con personas que estén enfermas, como por ejemplo darse la mano.



Si no dispone de pañuelo tosa o estornude en la parte superior del brazo, nunca sobre las manos.



Utilice mascarillas para contener las secreciones respiratorias.



Use el la papelera o recipiente más cercano para desechar los pañuelos utilizados.



Lávese sus manos o utilice alcohol gel de manera periódica o después de un posible contacto con secreciones.

Piensa en ti, piensa en los demás

