



Hay otras formas de saludar,
no lo hagas de mano, beso o abrazo

Japonés



Militar



Apache



Codo
con codo



Rocker



Tailandés

Así evitas contagiar o contagiarte
de alguna infección respiratoria.



Medidas generales
de prevención

Medidas de prevención y control de transmisión



- **Higiene de manos con frecuencia y cubrebocas.**
- **Evite tocarse ojos, nariz y boca con las manos si lavar.**
- **Limpie y desinfecte las superficies de contacto más comunes en casa, trabajo, escuela, etc.**
- **Etiqueta respiratoria.**

Fuentes:

Dirección General de Promoción de la Salud.
Subdirección de Epidemiología Hospitalaria y Control de Calidad de la Atención Médica del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán

Medidas de prevención y control de transmisión

Nuevo coronavirus
Medidas de prevención

Lavarse las manos con frecuencia, use jabón y agua o bien, use soluciones a base de alcohol gel al 70%

Al estornudar o toser, cubrirse la nariz y boca con un pañuelo desachable o el ángulo interno del brazo

Evitar el contacto directo con personas que tienen síntomas de resfriado o gripe.

Fuente: Organización Mundial de la Salud - OMS y Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

GOBIERNO DE MÉXICO | SALUD SECRETARÍA DE SALUD | Promoción Salud

- Evitar contacto con personas enfermas.
- Tratamiento oportuno de trabajadores. Sólo disponible para influenza.
- Reposo durante periodo de contagio.
- Vacunación disponible sólo contra influenza.

Para cuidar mi salud y evitar infecciones respiratorias.



Cuando toso o estornudo, me tapo la nariz y la boca con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo.



Me lavo las
manos
frecuentemente

Evito cambios
bruscos de
temperatura



Me abrigo
al salir a la
calle



Limpio mi
entorno:
casa y lugar
de trabajo



No me toco la
cara,
principalmente
ojos, nariz y
boca, con un las
manos sucias

Me quedo en
casa cuando
tengo alguna
enfermedad
respiratoria

