

Etiqueta Respiratoria

Qué Hacer y Qué no Hacer

¡Protéjase y proteja a los demás de los microbios fastidiosos!

QUÉ HACER:



Al toser y estornudar, cúbrase con un pañuelo desechable o el codo.



Tire los pañuelos desechables usados a la basura.



Lávese las manos con agua y jabón después de toser, estornudar o tocarse el rostro.



Quédese en casa si se siente enfermo.



Comuníquese con su proveedor de atención médica si tiene síntomas de enfermedad.

QUÉ NO HACER:



Toser o estornudar en las manos o sin taparse la boca.



Dejar pañuelos desechables usados sueltos por ahí.



Tocarse los ojos, la boca o la nariz sin antes lavarse las manos.



Compartir vasos, utensilios u objetos personales cuando este enfermo.



Ignorar síntomas como toser, estornudar o dolor de garganta.