

# DETENGA LA PROPAGACIÓN DE LOS MICROBIOS

Ayude a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como el COVID-19

Evite el contacto cercano con las personas enfermas.



Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar y luego bótelos a la basura.



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.



Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.



Quédese en casa si está enfermo, excepto para buscar atención médica.



Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos.



[cdc.gov/COVID19-es](https://cdc.gov/COVID19-es)