

DETENGA LA PROPAGACIÓN



BOSTON
PUBLIC
HEALTH
COMMISSION



La prevención de las enfermedades respiratorias es similar. Para ayudar a prevenir infecciones:

MANTÉNGASE AL DÍA CON LAS VACUNAS CONTRA LA COVID-19 Y LA GRIPE.



QUÉDESE EN CASA SI SE SIENTE MAL.

CONSULTE A SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA SOBRE LAS PRUEBAS Y LAS OPCIONES DE TRATAMIENTO.



PRACTIQUE UNA CORRECTA HIGIENE DE LAS MANOS.

LÁVESE LAS MANOS CON FRECUENCIA CON AGUA Y JABÓN DURANTE AL MENOS 20 SEGUNDOS.



LIMPIE Y DESINFECTE CON FRECUENCIA LAS SUPERFICIES QUE MÁS SE TOCAN.



CÚBRASE LA NARIZ Y LA BOCA.

USE UN PAÑUELO DE PAPEL AL TOSER O ESTORNUDAR.



CONSIDERE LA POSIBILIDAD DE USAR UNA MASCARILLA BIEN AJUSTADA EN ESPACIOS CERRADOS CONCURRIDOS.

