

Cómo evitar la propagación de la: **ENFERMEDAD DE CORONAVIRUS 2019** (COVID-19)

PASOS PARA LA PREVENCIÓN DE INFECCIONES

- ✓ **Lávese las manos frecuentemente** con agua y jabón.
- ✓ **Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca** sin haberse lavado las manos antes.
- ✓ **Cúbrase al toser o estornudar** con un pañuelo desechable y **luego tire el pañuelo** en la basura.
- ✓ **Evite el contacto cercano** con personas **enfermas**.
- ✓ **¡Póngase la vacuna contra la gripe!**
- ✓ **Limpie y desinfecte objetos y superficies que se tocan con frecuencia**, como mostradores, manijas de puertas, escritorios, teclados, tabletas electrónicas y teléfonos.

Mantener las manos limpias es una de las cosas más importantes que podemos hacer para detener la propagación de enfermedades respiratorias como la gripe y COVID-19.



1

USAR JABÓN



2

PALMA CON PALMA



3

DORSO DE LAS MANOS



4

DEDOS ENTRELAZADOS



5

BASES DE LOS PULGARES



6

LAS UÑAS



7

LAS MUÑECAS



8

ENJUAGAR LAS MANOS



9

SECAR LAS MANOS

CONSEJOS PARA EL LAVADO CORRECTO DE MANOS

- Lávese bien las manos con agua tibia y jabón.
- Lávese durante 20-30 segundos o cante "Feliz cumpleaños" dos veces.
- El agua tibia y el jabón son la mejor manera de lavarse las manos, pero si no están disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol.

CÓMO USAR DESINFECTANTES PARA MANOS

- Aplique el desinfectante en **la palma de una mano** (siga las instrucciones de la etiqueta sobre cuánto debe usar).
- Frote las manos juntas.
- Frote el desinfectante sobre **todas las superficies de las manos y los dedos** hasta que las manos estén secas.

For more information: dph.georgia.gov/novelcoronavirus
cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html