

RECOMENDACIONES GENERALES COVID-19

ist

Tu mutualidad!



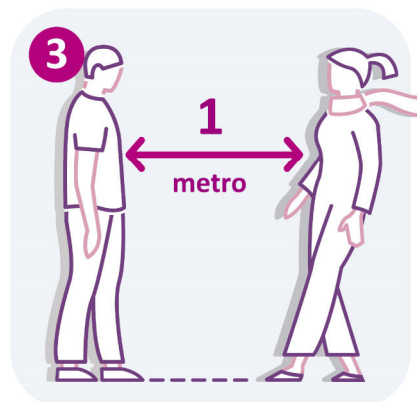
Uso de mascarilla

Haz uso de mascarilla
Cubre boca y nariz
Evita tocarla.



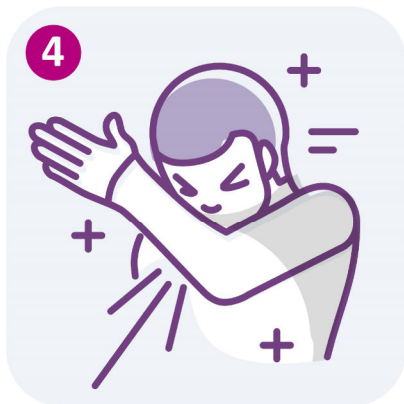
Lavado frecuente de manos

Lava tus manos con frecuencia, especialmente antes y después de cada viaje.



Distancia física

Procura mantener, dentro de lo posible esta distancia del resto de las personas.



Al estornudar o toser

Al estornudar o toser cubre tu boca con tu antebrazo.
Si usas pañuelo deséchalo en un basurero.



Evita tocar tu rostro

No toques tu nariz, ojos o boca con tus manos.



Evita saludar con la mano

No saludes ni con la mano ni de beso. Evita contacto físico directo.