

# 10 MÉTODOS DE REDUCIR LA INFECTIVIDAD DEL VIRUS:



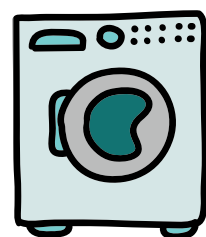
**1. ATA EL CABELLO CON UNA BANDA ELÁSTICA. SI ES CORTO, USA UNA CINTA. ASÍ NO VAS A TOCAR EL CABELLO Y LA CARA TODO EL TIEMPO**



**2. AFEITA LA BARBA O LÁVALA CON FRECUENCIA CON EL CHAMPÚ**

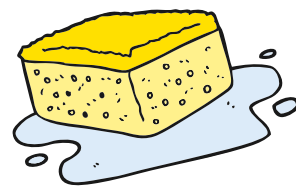
En una barba o un bigote se acumulan las gotas de saliva que pueden ser contagiosos

**3. LAVA LAS TOALLAS CON FRECUENCIA A ALTAS TEMPERATURAS**

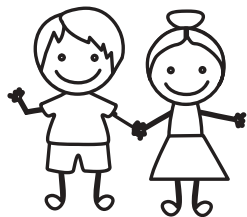


**4. CORTA LAS UÑAS, QUITA TODO EL TIPO DE ESMALTE: TRADICIONAL, PERMANENTE O SEMIPERMANENTE**

**5. DEJA DE USAR LAS ESPONJAS CORPORALES. CAMBIA REGULARMENTE LAS ESPONJAS DE COCINA Y PÁSALAS CON EL AGUA HIRVIENDO**



**6. DEJA LOS NIÑOS EN CASA.**



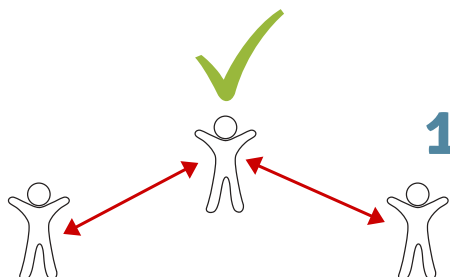
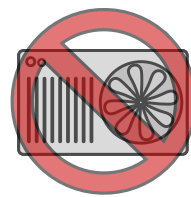
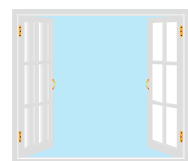
Los niños son portadores asintomáticos del virus en sus heces durante unas semanas. ¡Cuidado con los paños! Hay que tirarlos a las bolsas de plástico

**7. LAVA TUS MANOS CON FRECUENCIA CON JABÓN Y AGUA**



**8. PLANCHA LAS BUFANDAS / PAÑUELOS DE CUELLO TODOS LOS DÍAS. LAS GOTAS DE SALIVA SE ACUMULAN EN ELLOS.**

**9. ABRE LAS VENTANAS CON MAYOR FRECUENCIA POSIBLE. LIMITE TU TIEMPO EN LAS INSTALACIONES CON AIRE ACONDICIONADO.**



**10. ¡MANTENGA LA MAYOR DISTANCIA POSIBLE!**