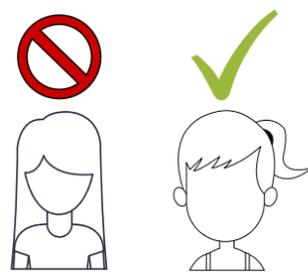


10 MÉTODOS DE REDUCIR LA INFECTIVIDAD DEL VIRUS:



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

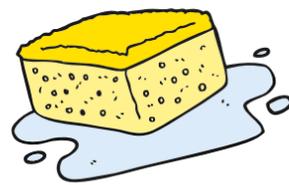
En una barba o un bigote se acumulan las gotas de saliva que pueden ser contagiosos

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.



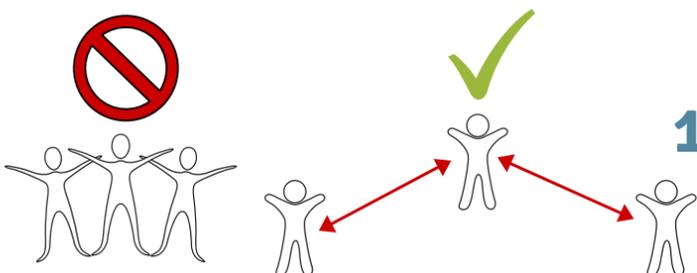
Los niños son portadores asintomáticos del virus en sus heces durante unas semanas. ¡Cuidado con los paños! Hay que tirarlos a las bolsas de plástico

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!

COMPARTE ESTA INFORMACIÓN - ESTO PUEDE SALVAR LA VIDA DE ALGUIEN

TUTORÍA: DRA. ANDŻELA SCHWANN-MAJEWSKA | TRADUCCIÓN: KAMILA KOWALEWSKA | DISEÑO: MAGDALENA KRYCHOWSKA