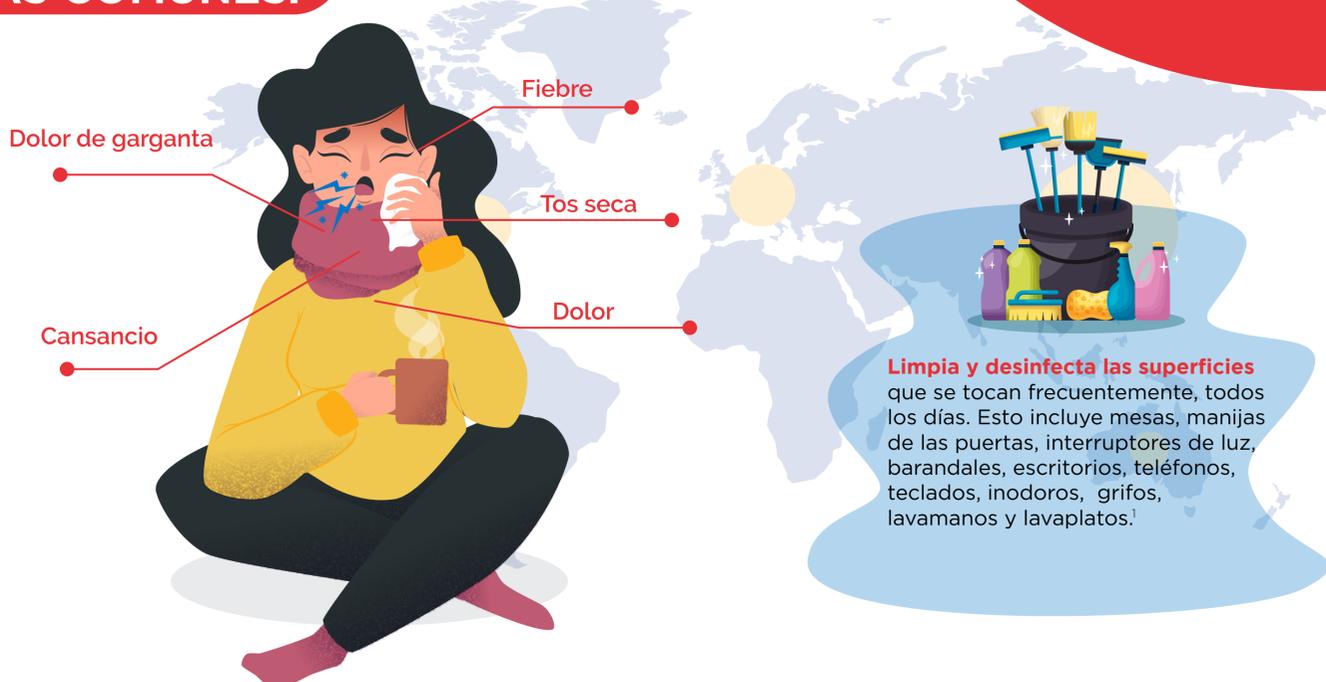


ESTIMADO

COVID-19

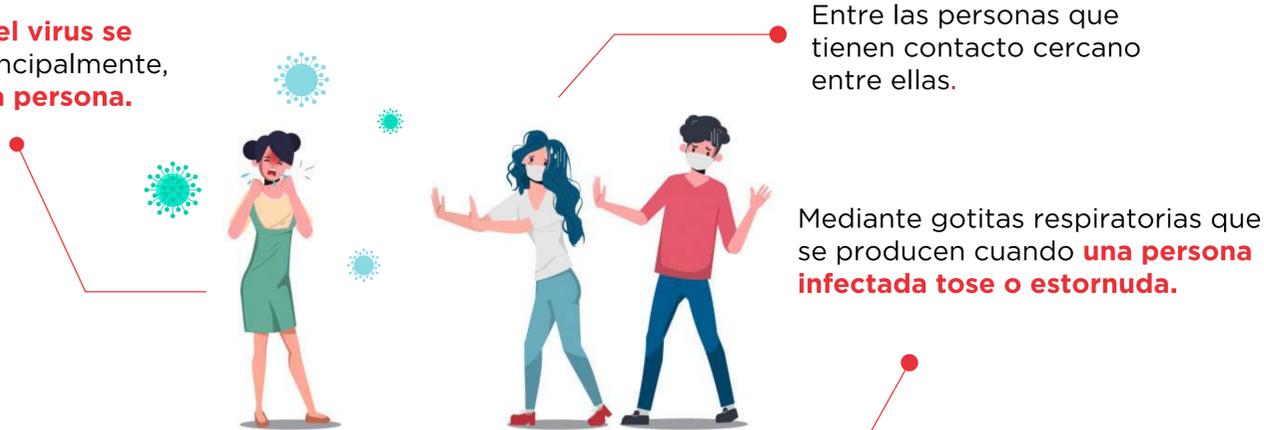
DR. ASOFARMA

SÍNTOMAS MÁS COMUNES:^{1,2}

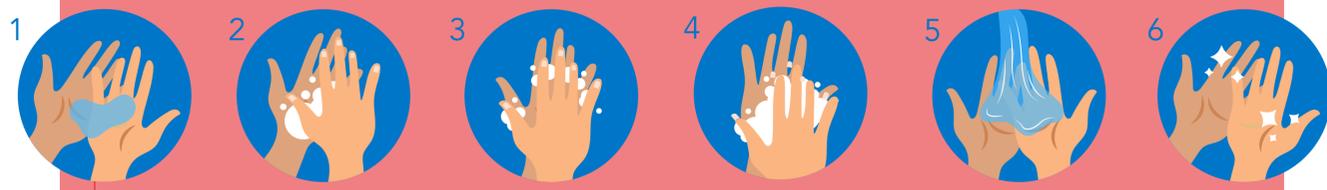


LA MEJOR FORMA DE PREVENIR LA ENFERMEDAD, ES EVITAR LA EXPOSICIÓN A ESTE VIRUS.^{1,2}

Se cree que **el virus se propaga**, principalmente, **de persona a persona.**



TOMA MEDIDAS PARA PROTEGERTE



Lávete las manos frecuentemente con agua y jabón, por **al menos por 20 segundos**, especialmente después de haber estado en un lugar público, o después de sonarse la nariz, toser o estornudar.^{1,2}



Si no hay agua y jabón fácilmente disponibles, **use un desinfectante de manos que contenga, al menos, un 60 % de alcohol.** Cubre todas las superficies de las manos y frótalas hasta que sientas que se secaron.



• **Cúbrete la boca con el antebrazo** cuando tosas o estornudes, o con un pañuelo desechable. Luego, tíralo a la basura y limpia las manos



• **Cúbrete la boca y la nariz** con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude, o use la parte interna del codo.



• **Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca** con las manos sin lavar.



• **Bota los pañuelos desechables** que hayas usado a la basura.

USA UN CUBREBOCAS, SI ESTÁS ENFERMO^{1,2}

SI NO PUEDES USAR UN CUBREBOCAS:

(por ejemplo, porque te causa dificultad para respirar), debe hacer todo lo posible por cubrirse la nariz y la boca al toser y estornudar, y las personas que te estén cuidando deben ponerse un cubrebocas, si entran a su habitación.

SI NO ESTÁS ENFERMO:

No necesitas usar un cubrebocas, a menos que estés cuidando a alguien que está enfermo (y que no puede usar una).



SI ESTÁS ENFERMO:

Deberás usar un cubrebocas cuando estés cerca de otras personas (p. ej., compartiendo una habitación o un vehículo) y antes de entrar al consultorio de un proveedor de atención médica.

1.- Proceso de Prevención de Infecciones Para las Personas con Covid-19 (ENFERMEDAD POR SARS-CoV2). Disponible en: https://coronavirus.gob.mx/wp-content/uploads/2020/04/Proceso_De_Prevencion_COVID-19.pdf,
2.- Página principal SSA, Gobierno de México. Disponible en: <https://coronavirus.gob.mx>



ASOFARMA