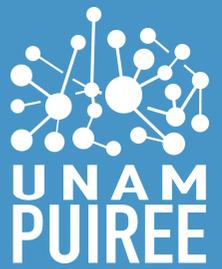


# HIGIENE RESPIRATORIA



Conjunto de acciones que evitan contagios comunitarios de enfermedades respiratorias (COVID-19, Influenza, etc.).



Mantener un buen flujo de aire en lugares cerrados.



Higiene de manos frecuente con agua y jabón; también se puede usar desinfectante a base de alcohol (70%), especialmente después de estar en lugares públicos, toser o estornudar.



Usar cubrebocas en el transporte público o en espacios cerrados concurridos y con poca ventilación, particularmente al tener síntomas de enfermedad respiratoria (dolor de garganta, tos, cuerpo cortado, fiebre, etc.).



Al toser o estornudar: tapar boca y nariz con la parte interna del codo.