



Hay otras formas de saludar,
no lo hagas de mano, beso o abrazo

Japonés

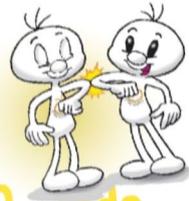


Militar



Apache

Codo
con codo



Rocker



Tailandés



Así evitas contagiar o contagiarte
de alguna infección respiratoria.



Medidas generales de prevención

Medidas de prevención y control de transmisión

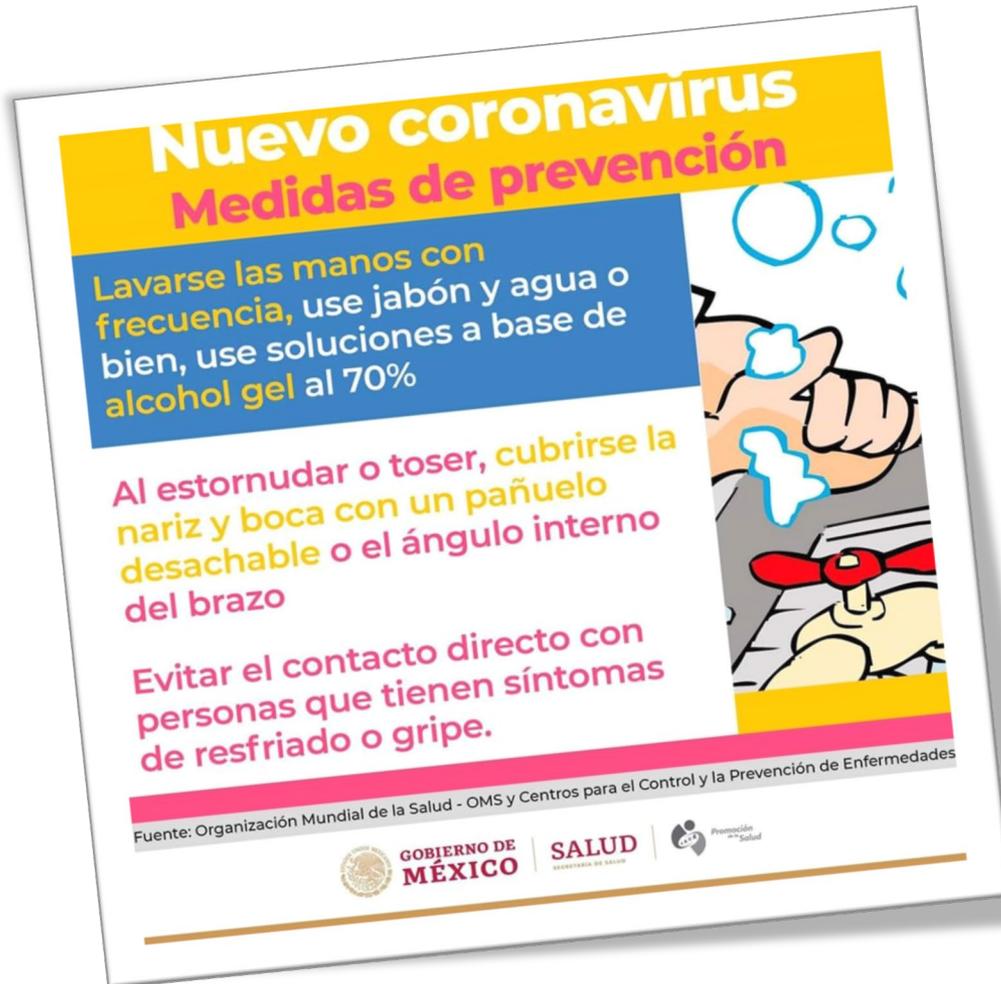


- **Higiene de manos con frecuencia y cubrebocas.**
- **Evite tocarse ojos, nariz y boca con las manos si lavar.**
- **Limpie y desinfecte las superficies de contacto más comunes en casa, trabajo, escuela, etc.**
- **Etiqueta respiratoria.**

Fuentes:

**Dirección General de Promoción de la Salud.
Subdirección de Epidemiología Hospitalaria y Control de Calidad de la Atención Médica del Instituto Nacional de Ciencias Médicas y Nutrición Salvador Zubirán**

Medidas de prevención y control de transmisión



- Evitar contacto con personas enfermas.
- **Tratamiento oportuno de trabajadores. Sólo disponible para influenza.**
- **Reposo durante periodo de contagio.**
- **Vacunación disponible sólo contra influenza.**



Para cuidar mi salud y evitar infecciones respiratorias.



Cuando toso o estornudo, me tapo la nariz y la boca con un pañuelo desechable o el ángulo interno del brazo.



Me lavo las manos frecuentemente

Evito cambios bruscos de temperatura



Me abrigo al salir a la calle



Limpio mi entorno: casa y lugar de trabajo



No me toco la cara, principalmente ojos, nariz y boca, con un las manos sucias

Me quedo en casa cuando tengo alguna enfermedad respiratoria

