



# No Se Enferme

**Aquí está lo que puede hacer para mantenerse alejado de los gérmenes:**

- » Lávese las manos frecuentemente durante el día. Use jabón y agua tibia o un gel antibacterial para manos.
- » Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable o con su brazo (no con sus manos) cuando tosa o estornude y deseche el pañuelo inmediatamente.
- » Evite frotarse los ojos y la nariz con las manos.
- » No comparta con nadie bebidas ni objetos que tengan contacto con su saliva.
- » Manténgase lejos de cualquier persona que esté enferma.