



# LA MEJOR PREVENCIÓN CORONAVIRUS ESTÁ EN TUS MANOS

## ¿CÓMO EVITAMOS EL CONTAGIO?

- 1. Lávese bien y con frecuencia las manos para evitar la transmisión de virus**
- 2. Si tose o estornuda, hágalo en un pañuelo desechable y, si no tiene, utilice el pliegue de su codo**
- 3. No comparta cubiertos, comida ni objetos personales de higiene; puede contagiar a los demás**
- 4. Evite tocarse con las manos, los ojos, la nariz y la boca**
- 5. Ventile diariamente las habitaciones y espacios comunes**

SI USTED PRESENTA SÍNTOMAS DE CATARRO Y ESTUVO EN CONTACTO CON ALGÚN CASO SOSPECHOSO DE CORONAVIRUS, PERMANEZCA EN SU DOMICILIO Y LLAME:

# 941 29 83 33

Más información: [riojasalud.es](http://riojasalud.es)

Curar. Cuidar.  
Humanizar.

 **Gobierno  
de La Rioja**