



# Frente al coronavirus



# ACTÚA

- **Infórmate** a través de **fuentes fiables**.
- **Lávate las manos frecuentemente** con agua y jabón o usa un gel a base de alcohol.
- **Cúbrete la boca con el codo flexionado** cuando tosas o estornudes, o con un pañuelo desechable, luego tíralo lo antes posible a la basura y límpiarte las manos.
- **Ventila las estancias** (aulas, establecimientos de ocio y restauración, etc.).
- **Evita lugares con mucha gente**.
- **Evita el contacto cercano** (al menos dos metros) con personas que tengan **síntomas** de gripe.
- **Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca** con las manos sin lavar.
- **Evita compartir vasos, platos u otros artículos de uso personal**.
- **Limpia** y desinfecta a menudo **los objetos** (teléfono móvil por ejemplo) y **las superficies** que se tocan con frecuencia (tiradores de puertas, teclados, mesas, etc.).
- **Si** has viajado a áreas donde circula el virus o has estado en **contacto** cercano con alguien que lo tiene y presentas fiebre, tos o dificultad para respirar, **llama enseguida al 112**. No te automediques.