



# COVID-19 CORONAVIRUS **MEDIDAS DE PREVENCIÓN**

Especialmente en estas fechas de encuentros familiares y sociales, usa las... **6 "M"**

1º

**M**ASCARILLA



Utiliza la mascarilla todo el tiempo, excepto en el momento justo de comer o beber. Colócala para cubrir bien la nariz, boca y barbilla.

2º

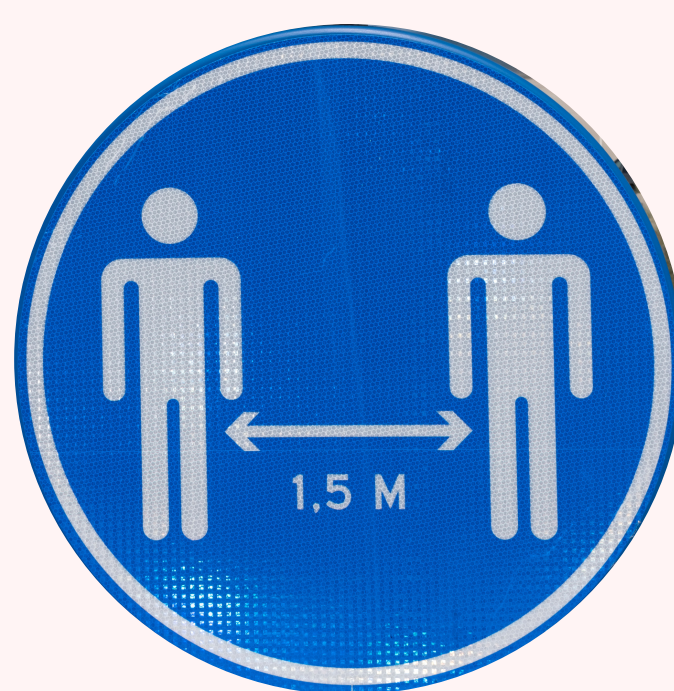
**M**ANOS



Lava tus manos con frecuencia o desinfectalas con gel hidroalcohólico. Asegúrate de limpiar bien la palma, el dorso, entre los dedos, y las uñas.

3º

**M**ETROS



Guarda siempre la distancia física interpersonal. Recuerda que el mínimo es de 1'5 metros.

4º

**M**AXIMIZAR  
VENTILACIÓN



Mantén las ventanas permanentemente abiertas, cuidando siempre de que sea seguro, y ajustando su nivel de apertura al viento y la temperatura del exterior.

5º

**M**INIMIZAR  
CONTACTOS



Minimiza el número de contactos. Procura en la medida de lo posible, que siempre sean los mismos.

6º

**M**E QUEDO  
EN CASA



Quédate en casa si presentas síntomas o estás pendiente del resultado de pruebas diagnósticas para COVID-19.

