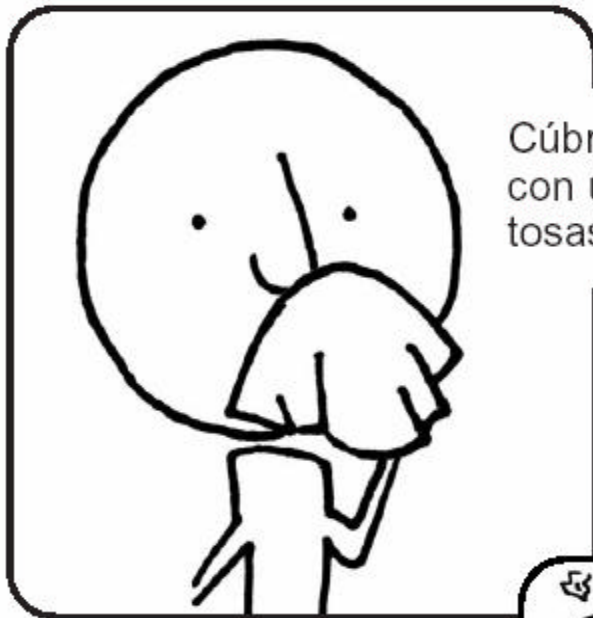


¡Detén el contagio de gérmenes que te enferman a ti y a otros!

# Cúbrete al toser



Cúbrete la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosas o estornudes



cúbrete con la parte superior del brazo cuando tosas o estornudes, no con las manos.

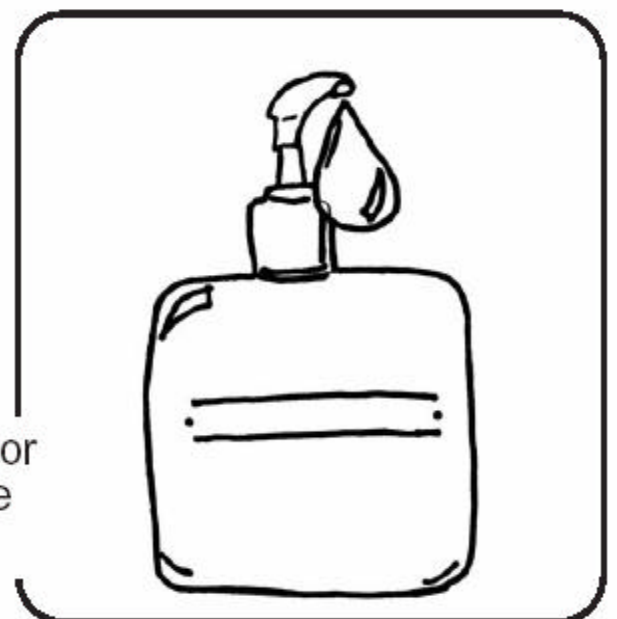
Tira el pañuelo usado a la basura.



## Lávate las manos después de toser o estornudar.



Lávate las manos con agua tibia y jabón



utiliza un limpiador de manos a base de alcohol.



Atlantic County  
Public Health  
(609) 645-5935

Minnesota Department of Health  
717 SE Delaware Street  
Minneapolis, MN 55414  
612-676-5414 or 1-877-676-5414  
[www.health.state.mn.us](http://www.health.state.mn.us)



Minnesota  
Antibiotic  
Resistance  
Collaborative

**APIC**  
ASSOCIATION FOR PROFESSIONALS IN  
INFECTION CONTROL AND EPIDEMIOLOGY, INC.