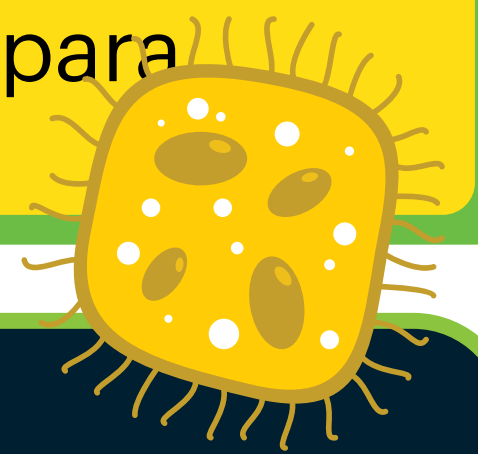


## Estimados madre y padre de familia:

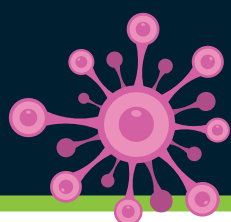
**COVID-19** es un nuevo virus que se propaga a través de gotitas de saliva provenientes de la boca, nariz y garganta de una persona infectada a otra persona sana, es de la familia de microbios que causan infecciones respiratorias; para prevenirlas:

- Lava tus manos frecuentemente con agua y jabón.
- Al toser y estornudar cubre tu boca y nariz con un pañuelo desechable o con el ángulo interno del codo.
- Evita el contacto con personas enfermas.
- Evita fumar en casa o en lugares públicos.
- Ventila la vivienda y permite la entrada de los rayos del sol.
- Limpia y desinfecta superficies y objetos de uso común con cloro o alcohol al 70%.
- Toma agua potable o embotellada.
- Come frutas y verduras, sobre todo amarillas y verdes, para reforzar las defensas del cuerpo.



## Si notas que tú o alguien de la familia presenta:

- Fiebre
- Tos
- Estornudos
- Dolores musculares
- Malestar general
- Dolor de cabeza
- Dificultad para respirar



¡No te auto mediques, acude a la unidad de salud más cercana y solicita atención médica!



¡Tu salud y la de tu familia es primero!