

Para reducir el riesgo de contraer coronavirus la OMS ha recomendado:



Lavar las manos con agua y jabón o con desinfectante para manos a base de alcohol.



Cubre la boca al toser y estornudar con el codo flexionado.

Evite el contacto cercano con cualquier persona con síntomas de resfriado o gripe.



Cocine bien la carne y los huevos.



Evita el contacto sin protección con animales salvajes o de granja vivos.

En caso de tener síntomas de resfriado o gripe:

Acudir a revisión médica y no automedicarse. Evitar contacto con otras personas evitar dar besos, saludar de mano.



Estas medidas son las más eficaces para evitar que las enfermedades respiratorias se contagien a otras personas.



La felicidad consiste en gozar de buena salud, en dormir sin miedo y despertar sin angustia.

