

¡Pare la propagación de gérmenes que lo enferman a usted y a otras personas!

# Cubra SU tos



Cubra su boca y nariz  
con un kleenex cuando  
tosa o estornude

o  
tosa o estornude en la  
manga de su camisa,  
no en sus manos.



Deseche el kleenex  
sucio en un basurero.



Quizás le pidan ponerse una  
mascarilla quirúrgica para  
proteger a otras personas.

## Lávese las manos

después de toser o estornudar.



Lávese las manos con  
jabón y agua tibia  
por 20 segundos

o  
limpielas con un  
limpiador de manos  
a base de alcohol.



County of Orange  
Health Care Agency  
405 W. 5th Street  
Santa Ana, CA 92701  
(800) 564-8448  
[www.ochealthinfo.com](http://www.ochealthinfo.com)



Minnesota  
Antibiotic  
Resistance  
Collaborative

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