

# TÉCNICA DE LAVADO DE MANOS

"Lavarse las manos evita que te contagies de **Coronavirus**"



1. Usa jabón preferentemente líquido y abundante agua.



2. Talla bien las manos, el dorso, entre los dedos y uñas.



3. Lávalas por lo menos 20 segundos.



4. Enjuaga completamente con agua.



5. Seca tus manos con un papel desechable y tíralo en el bote de la basura.

*Estrategia estatal contra el Coronavirus*

**Comparte esta información con familiares y amigos.**

Para mayor información llama al **800-012-34-56**  
o acude a tu centro de salud.



VERACRUZ  
GOBIERNO  
DEL ESTADO

# TÉCNICA DE LAVADO DE MANOS

"Lavarse las manos evita que te contagies de **Coronavirus**"



1. Usa jabón preferentemente líquido y abundante agua.



2. Talla bien las manos, el dorso, entre los dedos y uñas.



3. Lávalas por lo menos 20 segundos.



4. Enjuaga completamente con agua.



5. Seca tus manos con un papel desechable y tíralo en el bote de la basura.

*Estrategia estatal contra el Coronavirus*

**Comparte esta información con familiares y amigos.**

Para mayor información llama al **800-012-34-56**  
o acude a tu centro de salud.



VERACRUZ  
GOBIERNO  
DEL ESTADO

## ¿QUIÉNES SON LAS PERSONAS MÁS VULNERABLES AL CORONAVIRUS?

### Personas con:



• Diabetes



• Obesidad



• Enfermedades  
del corazón



• VIH o SIDA



• Cáncer



• Un sistema  
inmunológico  
débil



• Y adultos  
mayores

*Estrategia estatal contra el Coronavirus*

**Difunde esta información con familiares y amigos.**

Para mayor información llama al **800-012-34-56**  
o acude a tu centro de salud.



VERACRUZ  
GOBIERNO  
DEL ESTADO

## MITOS DEL NUEVO CORONAVIRUS COVID-19



### MITO:

¿Enjuagarse la nariz con solución salina y hacer gárgaras con enjuague bucal, pueden prevenir el contagio?

### REALIDAD:



**NO.** No hay evidencia de que estas prácticas protejan a las personas de contraer el nuevo coronavirus.

*Estrategia estatal contra el Coronavirus*

**Difunde esta información con familiares y amigos.**

Tienes síntomas como los de la gripa llama al **01-800-012-34-56** o acude a tu centro de salud.



VERACRUZ  
GOBIERNO  
DEL ESTADO

## MITOS DEL NUEVO CORONAVIRUS COVID-19



### MITO:

¿El nuevo coronavirus se diagnostica con una prueba rápida?

### REALIDAD:



**No.** Únicamente se confirma con a través de una prueba de laboratorio, llamada **PCR.**

*Estrategia estatal contra el Coronavirus*

**Difunde esta información con familiares y amigos.**

Tienes síntomas como los de la gripa llama al **01-800-012-34-56** o acude a tu centro de salud.



VERACRUZ  
GOBIERNO  
DEL ESTADO

# MITOS DEL CORONAVIRUS

## MITO:

¿Los antibióticos pueden **prevenir y tratar** el nuevo coronavirus?



## REALIDAD:

**NO, el COVID-19 es un virus,** los antibióticos no funcionan contra virus, por lo tanto, no debe usarse como medio de prevención y tratamiento.

*Estrategia estatal contra el Coronavirus*

**Difunde esta información con familiares y amigos.**

Para mayor información llama al **800-012-34-56**  
o acude a tu centro de salud.



VERACRUZ  
GOBIERNO  
DEL ESTADO

# MITOS DEL CORONAVIRUS



## MITO:

¿Se puede contagiar el nuevo coronavirus **al recibir un paquete de China?**

## REALIDAD:

**NO.** Las personas que reciben paquetes o cartas de China **no corren el riesgo** de contraer el coronavirus, los coronavirus no sobreviven por mucho tiempo en objetos, como cartas o paquetes.

*Estrategia estatal contra el Coronavirus*

**Difunde esta información con familiares y amigos.**

Para mayor información llama al **800-012-34-56**  
o acude a tu centro de salud.



VERACRUZ  
GOBIERNO  
DEL ESTADO

# CONOCE LOS SÍNTOMAS DEL CORONAVIRUS



- Fiebre



- Tos



- Estornudos



- Malestar general  
(dolor muscular, fatiga, entre otros)



- Dolor de cabeza



- Dificultad para respirar  
(casos graves)

*Estrategia estatal contra el Coronavirus*

**Difunde esta información con familiares y amigos.**

Si tienes estos síntomas llama al **01-800-012-34-56**  
y acude a tu centro de salud.





VERACRUZ  
GOBIERNO  
DEL ESTADO

# ¿CÓMO EVITO CONTAGIARME DE CORONAVIRUS?



**1.** Evita tocarte  
la cara



**2.** Lávate las manos  
con agua y jabón  
frecuentemente



**3.** Tápate la boca  
con el  
interior del codo  
al estornudar

*Estrategia estatal contra el Coronavirus*

**Difunde esta información con familiares y amigos.**

Para mayor información llama al **800-012-34-56**  
o acude a tu centro de salud.



VERACRUZ  
GOBIERNO  
DEL ESTADO

# ¿CÓMO SE TRANSMITE EL CORONAVIRUS?



- Por tocarte la cara



- Por estornudos



- Saludar de mano o beso a una persona



- Tocar objetos o superficies contaminadas con el virus

*Estrategia estatal contra el Coronavirus*

**Difunde esta información con familiares y amigos.**

Tienes síntomas como los de la gripa llama al **800-012-34-56**  
o acude a tu centro de salud.