

¿¡Coronavirus en Puerto Rico!?

¡Mantén la Calma!

1- Lávate las manos por 20 segundos con agua y jabón

- Frecuentemente
- Antes y después de utilizar el baño
- Antes y después de comer
- Al estornudar o toser
- Luego de tocar barandas, botones de elevadores y perillas de puertas

2- Cúbrete la nariz y la boca

- Al estornudar y/o toser

3- Evita el contacto físico

- Al saludar y despedirte de compañeros de trabajo, amigos y familiares

4- Mantente alejado

- De personas estornudando, tosiendo o con síntomas de catarro

5- No asistas

- Al empleo, escuela o cualquier otro lugar si tienes síntomas de catarro. Mejor opta por mantenerte en tu hogar hasta mejorarte.

6- Mantén una buena nutrición y rutina de ejercicios

- Así mantendrás un nivel óptimo del sistema inmunológico que te ayudará a combatir las bacterias y virus que entran a tu organismo

**NO ES NECESARIO LA COMPRA NI EL USO DE
MASCARILLAS NI GUANTES**

No caigas en la histeria creada por algunos medios y las redes sociales. Mantente informado por fuentes confiables como el Centro de Control y Prevención de Enfermedades de EE.UU. y la Organización Mundial de la Salud. Las tasas de mortalidad del COVID-19 son sumamente bajas. Ya existen farmacéuticas trabajando en una vacuna contra el virus. Si usted tiene su sistema inmunológico comprometido por otras condiciones de salud debe tomar muy enserio las medidas de prevención.

Recuerda que en IKON Group estamos para orientarte.