

# ¿SABES ESTORNUDAR CORRECTAMENTE?

¡Evita contagiar a los demás con los virus que expulsas al estornudar o toser!




## Al toser o estornudar:

Cubre tu boca y nariz con un pañuelo desechable y tíralo a la basura.

O utiliza el ángulo interno del brazo, ¡Nunca con las manos!

Después lava tus manos con agua y jabón.



   Conoce más: [www.nl.gob.mx](http://www.nl.gob.mx)



PROTECCIÓN CIVIL  
NUEVO LEÓN



Gobierno de  
Nuevo León