



Cuidados  
EN CASA

# LAVADO DE MANOS

Clave para manejar el COVID-19 desde casa:

## POR QUÉ

**Las manos** son una de las vías frecuentes de transmisión del coronavirus. Esta sencilla acción puede prevenir hasta un **50 % el riesgo de contagio** por COVID-19 o cualquier otro virus.

## QUIÉN

**Todos los integrantes del hogar**, especialmente, después de tener contacto con la persona con COVID-19 o sus objetos.

## CÓMO

**Con agua y jabón**, mínimo 5 veces al día, por lo menos durante 20 segundos. Al finalizar, **sécate con toallas** desechables o de tela limpias.

## CUÁNDO

Antes y después de estar en **contacto directo con alguien que esté enfermo**, con sus objetos, residuos o elementos personales.  
Antes y después de **ir al baño**.  
Antes, durante y después de **preparar la comida**.  
Después de **sonarse la nariz, toser o estornudar**.  
Antes de **tocarse los ojos, la nariz o la boca**.