



Lávate las manos con frecuencia

- 1 *Lavarse las manos es una de las medidas más eficaces para evitar el contagio*
- 2 *Se recomienda hacerlo con agua caliente y jabón durante 40-60 segundos: frota las palmas, los dorsos, los dedos y las uñas; aclara con agua abundante y seca bien*
- 3 *Si no es posible utilizar agua y jabón, usa un gel hidroalcohólico*
- 4 *Aumenta la frecuencia diaria del lavado de manos: antes de salir de casa y al regresar o después de tocar cosas que toca mucha gente*
- 5 *No te toques ojos, nariz ni boca sin haberte lavado las manos antes*

**ASTURIAS,
LO ESTÁS HACIENDO BIEN**

Todas las medidas y fases de la desescalada en
asturiasloestashaciendobien.com



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS