

- Cuando tosas o estornudes, **cúbrete la nariz y la boca con la parte interna del codo flexionado o con un pañuelo.**
- **Mantén comunicación constante con tu equipo de trabajo con confianza para reportar cualquiera de los síntomas.**



- En caso fiebre, tos o dificultad para respirar, busca atención médica. **Si no te encuentras bien, quédate en casa.**

- **Cuida tu salud mental,** acude con especialistas en caso de que presentes cuadros graves de miedo, ansiedad o alejamiento, entre otras.