

Enfermedades Respiratorias Virales



¿SABÍAS QUE MUCHOS DE LOS MICROBIOS QUE CAUSAN ENFERMEDADES RESPIRATORIAS SE TRANSMITEN A TRAVÉS DE LAS GOTITAS PROVENIENTES DE LA TOS Y LOS ESTORNUDOS?

Por lo general, estos microbios entran al organismo cuando tenemos contacto cercano con alguna persona que presenta síntomas de enfermedad respiratoria. También, podemos infectarnos al tocar algún objeto que contiene los virus y posteriormente llevarnos la mano a la boca o la nariz.



ADEMÁS DE MANTENER LA SANA DISTANCIA, PODEMOS PREVENIR DICHAS ENFERMEDADES APLICANDO LAS SIGUIENTES MEDIDAS:



Lávate las manos



Utiliza el estornudo de etiqueta (estornuda en la parte interna del codo)



Vacúnate



Ventila: mejora la ventilación en espacios cerrados.



Usa cubrebocas si presentas algún tipo de síntoma respiratorio.



Busca información confiable.



Evita compartir artículos de uso personal.



Mantén un entorno limpio.

¡Prevenamos las enfermedades respiratorias virales en esta época de frío!
¿Presentas síntomas? Contáctanos en el correo centrodesaludintegral@udem.edu.mx
o en los **teléfonos 8215 1000 Ext. 1622 y 1623.**

FUENTES

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades
Secretaría de Salud del Gobierno de México
Secretaría de Salud de Bogotá

**CENTRO DE SALUD
INTEGRAL
UNIVERSIDAD
DE MONTERREY**