



**SALUD**  
SECRETARÍA DE SALUD

# TÉCNICA CORRECTA DE ESTORNUDO



**¡Evita contagiar  
a los demás!**



**Cubre tu boca con un  
pañuelo al toser o  
estornudar**

o utiliza el ángulo  
interno del brazo



**¡Nunca con  
las manos!**



**Lava tus manos con  
agua y jabón**

