

How to prevent the spread of:

# CORONAVIRUS DISEASE 2019 (COVID-19)

## INFECTION PREVENTION STEPS

- ✓ **Wash your hands often** with soap + water.
- ✓ **Avoid touching** your **eyes, nose + mouth** with unwashed hands.
- ✓ **Cover** your **cough or sneeze** with a tissue, then **throw the tissue** in the trash.
- ✓ **Avoid close contact** with people **who are sick**.
- ✓ **Get a flu shot!**
- ✓ **Clean + disinfect frequently touched objects and surfaces** such as counters, door knobs, desks, keyboards, tablets and phones.

**Keeping hands clean is one of the most important things we can do to stop the spread of respiratory illnesses like flu and COVID-19.**



1

USE SOAP



2

PALM TO PALM



3

BACK OF HANDS



4

FINGERS INTERLACED



5

BASE OF THUMBS



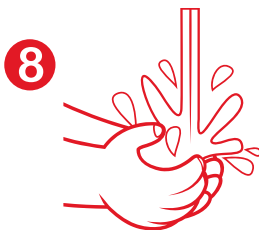
6

FINGERNAILS



7

WRISTS



8

RINSE HANDS



9

DRY HANDS

### PROPER HANDWASHING TIPS

- Wash hands thoroughly with soap + warm water.
- Wash for 20-30 seconds or sing "Happy Birthday" two times through.
- Soap and warm water are the best way to clean your hands, but if they aren't available, use an alcohol-based hand sanitizer, that contains at least 60% alcohol.

### HOW TO USE HAND SANITIZERS

- Apply the sanitizer to the **palm of one hand** (follow label directions on how much to use).
- Rub hands together.
- Rub the sanitizer over **all the surfaces of your hands + fingers** until your hands are dry.

For more information: [dph.georgia.gov/novelcoronavirus](https://dph.georgia.gov/novelcoronavirus)  
[cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html](https://cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html)

# Cómo evitar la propagación de la: **ENFERMEDAD DE CORONAVIRUS 2019** (COVID-19)

## PASOS PARA LA PREVENCIÓN DE INFECCIONES

- ✓ **Lávese las manos frecuentemente** con agua y jabón.
- ✓ **Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca** sin haberse lavado las manos antes.
- ✓ **Cúbrase al toser o estornudar** con un pañuelo desechable y **luego tire el pañuelo** en la basura.
- ✓ **Evite el contacto cercano** con personas **enfermas**.
- ✓ **¡Póngase la vacuna contra la gripe!**
- ✓ **Limpie y desinfecte objetos y superficies que se tocan con frecuencia**, como mostradores, manijas de puertas, escritorios, teclados, tabletas electrónicas y teléfonos.

**Mantener las manos limpias es una de las cosas más importantes que podemos hacer para detener la propagación de enfermedades respiratorias como la gripe y COVID-19.**



1

USAR JABÓN



2

PALMA CON PALMA



3

DORSO DE LAS MANOS



4

DEDOS ENTRELATADOS



5

BASES DE LOS PULSARES



6

LAS UÑAS



7

LAS MUÑECAS



8

ENJUAGAR LAS MANOS



9

SECAR LAS MANOS

### CONSEJOS PARA EL LAVADO CORRECTO DE MANOS

- Lávese bien las manos con agua tibia y jabón.
- Lávese durante 20-30 segundos o cante "Feliz cumpleaños" dos veces.
- El agua tibia y el jabón son la mejor manera de lavarse las manos, pero si no están disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol.

### CÓMO USAR DESINFECTANTES PARA MANOS

- Aplique el desinfectante en **la palma de una mano** (siga las instrucciones de la etiqueta sobre cuánto debe usar).
- Frote las manos juntas.
- Frote el desinfectante sobre **todas las superficies de las manos y los dedos** hasta que las manos estén secas.

For more information: [dph.georgia.gov/novelcoronavirus](https://dph.georgia.gov/novelcoronavirus)  
[cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html](https://cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html)