

# RECOMENDACIONES

Prevención de infecciones respiratorias para la ciudadanía



Región de Murcia  
Consejería de Salud  
Dirección General de Salud  
Pública y Adicciones

Servicio de Epidemiología  
Ronda Levante, 11  
30008 Murcia

## POBLACIÓN VULNERABLE

### ¿Quiénes son?

Personas de

**60**

años o más

Personas con

**ENFERMEDAD  
CRÓNICA**

**Embarazadas**



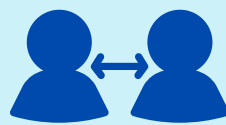
### Medidas recomendadas



**Vacunación** frente a gripe  
(incluidos **fumadores** <60 años) y  
COVID-19

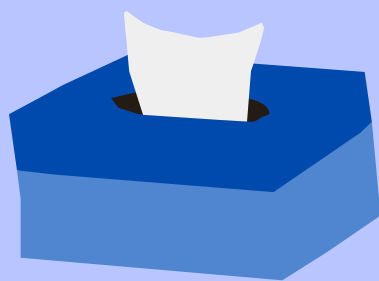
**Reducir contactos** con

personas enfermas, procurando  
usar mascarilla con ellas



## POBLACIÓN CON SÍNTOMAS

### Medidas recomendadas



con **pañuelos desechables**

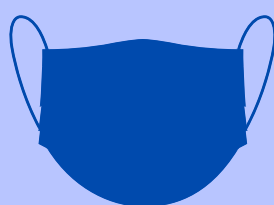
**Cubrirse** al  
**toser** o  
**estornudar**

Reducir contactos  
con **personas  
vulnerables**



Evitar  
**aglomeraciones**

Uso de **mascarilla**



HIGIENE DE MANOS

HIGIENE DE MANOS