

Cuida tu salud y la de tu familia.
Protégete de la COVID-19

**No bajemos
la guardia**
ANTE LA COVID-19

**USA CORRECTAMENTE
DOS MASCARILLAS,
CUBRIENDO NARIZ,
BOCA Y BARBILLA**



**LÁVATE LAS MANOS
CON AGUA Y JABÓN
FRECUENTEMENTE**



**MANTÉN
MÁS DE 1 METRO
DE DISTANCIA**



**EVITA LAS REUNIONES
FAMILIARES Y LAS
AGLOMERACIONES**



"Se recomienda el uso del protector facial en tiendas, mercados, centros comerciales, supermercados y otros lugares cerrados con aglomeración de personas"

Para más información llama gratis al **113 SALUD**



PERÚ

Ministerio
de Salud



BICENTENARIO
PERÚ 2021

Controla tu nivel de oxígeno:

Utiliza el pulsioxímetro que mide el nivel de oxígeno en la sangre y te alerta si está bajo. Si tienes menos de 95 acude al centro de salud más cercano.



Importante: En la costa y selva el nivel mínimo de oxígeno en la sangre es de 95, en la sierra es de 90.



SI TIENES LOS SIGUIENTES SÍNTOMAS

- Malestar general
- Fiebre mayor a 38°
- Dolor de cabeza
- Congestión nasal
- Diarrea
- Pérdida del olfato
- Pérdida del gusto

Si presentas alguno de estos síntomas, acude al Centro de Salud más cercano a tu domicilio o llama a la **línea gratuita 113**.

Permanece en una habitación ventilada. No acudas al trabajo o reuniones. No recibas visitas ni tengas contacto físico con los miembros de tu familia.

Si presentas alguno de estos signos de alarma como:

- Dificultad para respirar
- Desorientación o confusión
- Dolor de pecho
- Fiebre mayor a 38° por más de dos días
- Coloración azul de los labios (cianosis)

Busca atención rápida y oportuna en el establecimiento de salud, así evitarás perder la vida.

Cuida tu salud y la de tu familia.
Protégete de la COVID-19

**No bajemos
la guardia**
ANTE LA COVID-19

**USA CORRECTAMENTE
DOS MASCARILLAS,
CUBRIENDO NARIZ,
BOCA Y BARBILLA**



**LÁVATE LAS MANOS
CON AGUA Y JABÓN
FRECUENTEMENTE**



**MANTÉN
MÁS DE 1 METRO
DE DISTANCIA**



**EVITA LAS REUNIONES
FAMILIARES Y LAS
AGLOMERACIONES**



"Se recomienda el uso del protector facial en tiendas, mercados, centros comerciales, supermercados y otros lugares cerrados con aglomeración de personas"

Para más información llama gratis al **113 SALUD**

Controla tu nivel de oxígeno:

Utiliza el pulsioxímetro que mide el nivel de oxígeno en la sangre y te alerta si está bajo. Si tienes menos de 95 acude al centro de salud más cercano.



Importante: En la costa y selva el nivel mínimo de oxígeno en la sangre es de 95, en la sierra es de 90.

**SI TIENES
LOS SIGUIENTES
SÍNTOMAS**

- Malestar general
- Fiebre mayor a 38°
- Dolor de cabeza
- Congestión nasal
- Diarrea
- Pérdida del olfato
- Pérdida del gusto

Si presentas alguno de estos síntomas, acude al Centro de Salud más cercano a tu domicilio o llama a la **línea gratuita 113**.

Permanece en una habitación ventilada. No acudas al trabajo o reuniones. No recibas visitas ni tengas contacto físico con los miembros de tu familia.

Si presentas alguno de estos signos de alarma como:

- Dificultad para respirar
- Desorientación o confusión
- Dolor de pecho
- Fiebre mayor a 38° por más de dos días
- Coloración azul de los labios (cianosis)

Busca atención rápida y oportuna en el establecimiento de salud, así evitarás perder la vida.