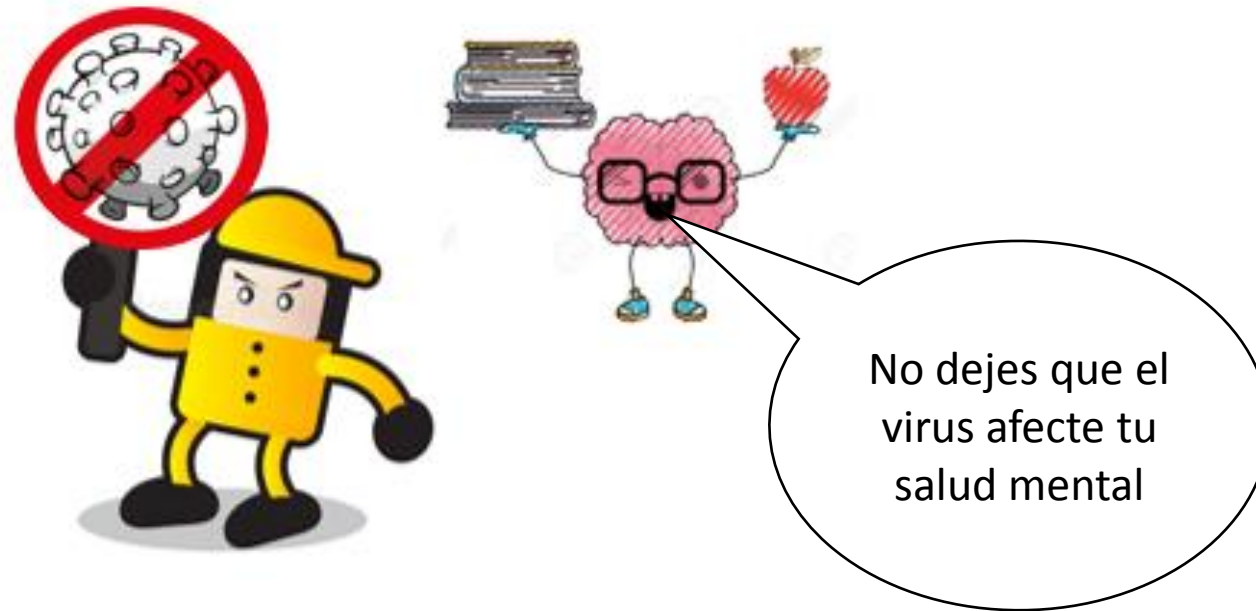


# Evita la coronavirusis Mental



Mantén el virus fuera de tu mente!!!



Nuestros peores enemigos son la ansiedad, los trastornos de pánico, los pensamientos obsesivos y la paranoia

**Sigue las recomendaciones de las autoridades y ayúdale a tu comunidad manteniéndote sano y protegido**



- Ayúdale a tu cerebro evitando el nerviosismo y los pensamientos pesimistas.
- La obsesión y la tensión pueden llevarte a sentir temor desmedido. Relájate e infórmate solo lo necesario.
- No sospeches de nadie porque podrías causar pánico en tu comunidad y a ti mismo.