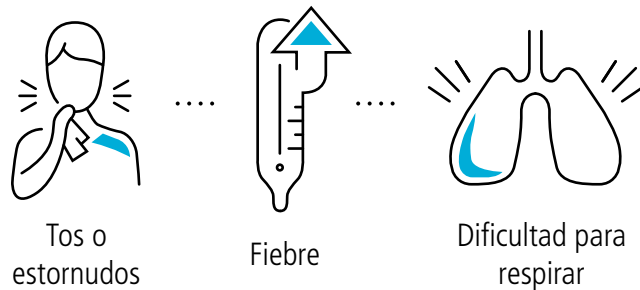


CORONAVIRUS: Lo que usted puede hacer

RECUERDE: PRESTE ATENCIÓN A LOS SÍNTOMAS • LÁVESE LAS MANOS • MANTENGA DISTANCIAS SALUDABLES

PRESTE ATENCIÓN

La enfermedad por el nuevo coronavirus 2019 (COVID-19) es una enfermedad respiratoria de leve a grave con síntomas como los siguientes:



La principal forma de transmisión del COVID-19 es por contacto cercano entre personas. Esto sucede a través de:



Si presenta síntomas y se siente enfermo, asegúrese de contactar a su médico de atención primaria.

¹ Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades, enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19). 2 de marzo del 2020, consultado el 4 de marzo del 2020. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/index.html>.

LÁVESE LAS MANOS

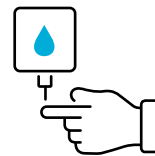
Lávese las manos con frecuencia. La mejor forma de hacerlo es la siguiente:

1.



Humedezca las manos con agua corriente limpia y aplique jabón

2.



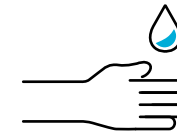
Enjabone la parte posterior de las manos, entre los dedos y debajo de las uñas

3.



Frótese las manos por 20 segundos (lo que toma cantar "Feliz cumpleaños" dos veces)

4.

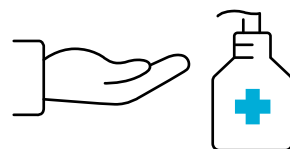


Enjuáguese bien las manos con agua corriente limpia

5.



Séquese las manos con una toalla limpia o al aire



USE DESINFECTANTE PARA MANOS CUANDO NO TENGA AGUA Y JABÓN

Recuerde que los desinfectantes no eliminan todos los gérmenes, especialmente cuando hay partículas de grasa o suciedad.

MANTENGA DISTANCIAS SALUDABLES



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca



Cúbrase la boca y la nariz al toser o estornudar



Coloque los pañuelos usados en un cesto de basura



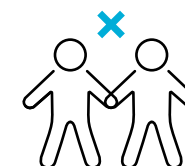
Si no tiene pañuelos, tosa o estornude sobre la parte superior de su brazo, no en su mano



Limpie y desinfecte usando toallas o aerosoles de limpieza



Use una mascarilla si presenta síntomas o si cuida a una persona que está enferma



Evite dar la mano y tener contacto personal cercano con otras personas



Quédese en su casa si está enfermo