

COVID-19

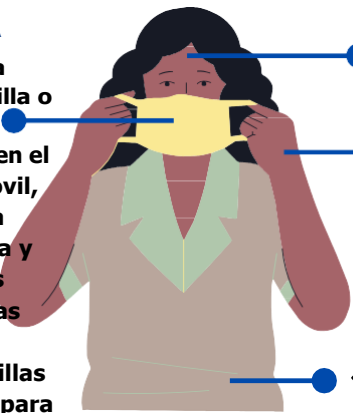
DETENER LA PROPAGACIÓN EN CASA

Qué hacer cuando usted o un ser querido está infectado.

CONSEJOS DE HIGIENE

BOCA

- Use una mascarilla o careta
- Si está en el automóvil, use una máscara y baje las ventanas
- **NO** mascarillas de tela para niños menores de 2 años.
- Evitar besos



OJOS

Use equipo de protección para los ojos (lentes)

MANOS

SIEMPRE lávate las manos

ROPA

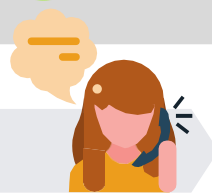
- Use una chaqueta cuando se trata de infectados.
- **NO** comparta ropa, sábanas o almohadas.



BAÑO

- Desinfecte **TODO**.
- Limpiar después de cada uso
- El paciente hace gárgaras con Listerine todas las mañanas y noches.

PROTEGER



- Si está infectado, notifique a todos los contactos de los últimos 10 días.
- Pídale al Departamento de Salud por más ayuda.
- Llame al 211 para obtener servicios de entrega **GRATUITOS**.



Si te sientes más enfermo, **NO ESPERES**.
Llame a su médico de inmediato.

AISLAMIENTO



- Los enfermos deben estar separados del hogar.
- Habitación con ventana preferida
- Ainear la habitación 3x al día
- Crea un separador de ambientes con sábana.



- Mantener agua y líquidos de saneamiento cerca
- Mantenga una bolsa de basura en la habitación.

Practica el distanciamiento social



COCINA



- Use utensilios **SEPARADOS**.
- Limpie los utensilios por separado.
- Si está enfermo, evite la cocina.



#STOPHESPREAD

MiORA



Visitar [MiORA.org](https://www.MiORA.org)

Traído por MiORA en asociación con United2Care

