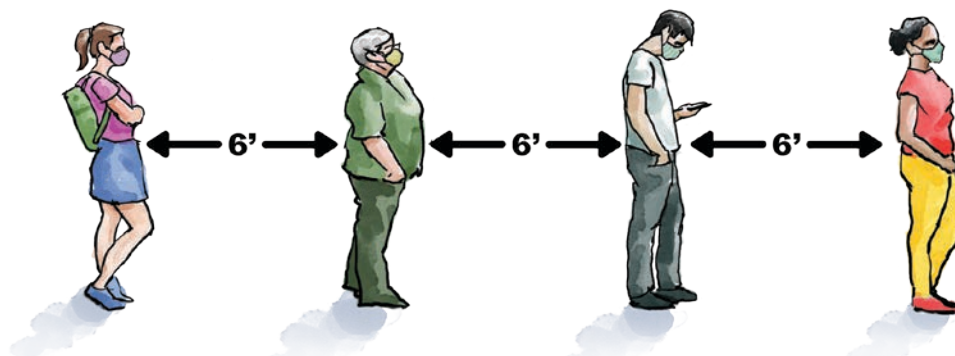


Cómo prevenir el COVID-19: lo que necesita saber

- ▶ Hay un brote de un nuevo coronavirus que causa una enfermedad que se llama COVID-19.
- ▶ La manera que se transmite más comúnmente es a través de pequeñas gotitas transportadas por el aire cuando una persona infectada tose o estornuda.
- ▶ Actualmente no hay una vacuna para proteger contra el COVID-19.
- ▶ La mejor manera de protegerse y proteger a los demás es evitar la exposición y usar estos métodos preventivos sencillos.

- ❑ Lávese las manos frecuentemente. Frótese las manos con agua y jabón durante por lo menos 20 segundos después de estar en un lugar público, o después de sonarse la nariz, toser o estornudar.
- ❑ Si no tiene agua y jabón, use un desinfectante de manos con por lo menos 60 % de alcohol.
- ❑ Cúbrase la tos o el estornudo con un pañuelo desechable, luego eche el pañuelo a la basura.
- ❑ No se toque los ojos, nariz y boca con las manos si no se las lavó.
- ❑ Limpie y desinfecte con regularidad los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.
- ❑ Quédese en casa cuando está enfermo.
- ❑ Póngase una mascarilla cuando está en público y cerca de otras personas.
- ❑ Manténgase por lo menos a seis pies (unos dos metros) de distancia de otras personas cuando está en público.



Excerpted from Journeyworks pamphlets *El nuevo coronavirus: lo que necesita saber* (title #5899) and *COVID-19: A Checklist for Prevention* (title #5897). To review or purchase these pamphlets, visit www.journeyworks.com

JOURNEYWORKS
HEALTH PROMOTION AND HEALTH EDUCATION PUBLISHING