



MANTENER LA DISTANCIA SOCIAL:

El distanciamiento social son acciones que las comunidades pueden tomar para reducir el contacto entre las personas para evitar contagio del virus

Individuos y familias:

- Cuando estás enfermo quédate en casa y no salgas a lugares públicos
- Lavar los manos con agua y jabon por 20 segundos mínimo o usar un desinfectante de manos con mínimo de 60% alcohol
- Dejar seis pies / 1.5 metros de distancia entre personas
- Saludar sin dar la mano
- Tener buenos hábitos de higiene personal

En el trabajo :

- Trabaja de manera que puedas minimizar el contacto con otras personas
- Evitar formar grupos de más de 10 personas
- Limpia tu lugar de trabajo con más frecuencia
- Si es posible, trabaja desde tu hogar por teléfono o vía internet

Los que tienen mayor posibilidad de contagiarse:

Public Health recomienda que las personas con mayor riesgo de contagio deben quedarse en sus hogares y evitar grupos grandes de personas.

El grupo de personas que tiene mayor riesgo son:

Personas con más de 60 años de edad

Las mujeres embarazadas

Los que tienen sistemas inmunes débiles

Los que tienen condiciones de salud preexistentes

