



# Coronavirus – ¡Hagamos lo que nos toca!

1. Escuche y siga las indicaciones de las autoridades estatales y locales.

---

2. Si se siente enfermo, quédese en casa, no vaya al trabajo. Comuníquese con su proveedor médico.

---

3. Si sus hijos están enfermos, deben quedarse en casa. Comuníquese con su proveedor médico.

---

4. Si algún miembro de su grupo familiar ha obtenido un resultado positivo de coronavirus, todo el grupo familiar deberá quedarse en casa. No vaya al trabajo ni a la escuela. Comuníquese con su proveedor médico.

---

5. Si usted es una persona de edad mayor, quédese en casa y lejos de otras personas.

---

6. Si usted es una persona con una afección grave preexistente que puede exponerlo a un mayor riesgo (por ejemplo, una afección que perjudica la función de sus pulmones o de su corazón o debilita su sistema inmunitario), quédese en casa y lejos de otras personas.

---

7. Aunque sea joven y esté saludable, corre riesgos, y sus actividades pueden aumentar el riesgo para otras personas. Resulta crítico que haga lo que le toca para detener la propagación del coronavirus:
  - Trabaje o participe en las tareas escolares desde su casa siempre que sea posible.
  - Evite las reuniones sociales de grupos de más de 10 personas.
  - Evite comer o beber en bares, restaurantes y áreas de servicio de comida de los centros comerciales, use las opciones de servicio en su auto, de recogida o de entrega de comidas.
  - Evite los viajes opcionales, los viajes a los centros comerciales y las visitas sociales.
  - No visite residencias de ancianos, centros para jubilados o instituciones de atención a largo plazo.
  - Practique buenas normas de higiene:
    - Lávese las manos, especialmente después de tocar cualquier artículo o superficie que utiliza con frecuencia.
    - Evite tocarse la cara.
    - Estornude o tosa en un pañuelo desechable o en la parte interna del codo.
    - Desinfecte los artículos y las superficies que utiliza con frecuencia tanto como sea posible.