

Mejores Practicas para el Coronavirus

Las personas mayores de edad están a mayor riesgo para el Coronavirus/COVID-19

Lave sus manos frecuentemente

- Lave sus manos con agua y jabón por 20 segundos al mínimo
- Use gel desinfectante que contenga al menos 60% de alcohol
- Evite tocar sus ojos, nariz, y boca sin haber lavado sus manos

Evite Contacto Personal

- Quédese en casa lo tanto posible.
- Ponga al menos 2 metros o 6 pies de distancia entre usted y otras personas
- Recuerda que algunas personas sin síntomas pueden estar infectados y transmitir el virus

Cubre bocas

- Cubra su boca y nariz con cubrebocas o mascarilla de tela cuando este cerca de otras personas.
- Todos deben llevar cubrebocas o mascarilla de tela cuando vayan afuera, por ejemplo cuando usted vaya al supermercado.

Cubra Sus Estornudos y Tos

- Siempre cubra su boca y nariz con un pañuelo o Kleenex cuando tosa o estornude. También puede usar la parte interna de su codo.
- Tire pañuelos usados a la basura.

Limpie y Desinfecte

- Limpie Y desinfecte las áreas que usted toque frecuentemente cada día. Esto incluye las mesas, la perilla de la puerta, el interruptor de luz, la cubierta, los escritorios, los teléfonos, los teclados, las tasas del baño, y los lavabos.