



# NO VAYA A LA SALA DE EMERGENCIAS A MENOS QUE SEA ESENCIAL

Las salas de emergencia deben poder atender a las personas con las necesidades más críticas. Si tiene síntomas como tos, fiebre o otros problemas respiratorios, comuníquese primero con su médico habitual.

- Quédase en casa cuando esté enfermo.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Ayude a los niños pequeños a hacer lo mismo.
- Manténgase alejado de las personas que están enfermas, especialmente si tiene 60 años o más o tiene condiciones de salud como diabetes, enfermedades del corazón, enfermedades pulmonares o un sistema inmune debilitado.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca sin haberse lavado las manos.
- Limite el contacto cercano, como besarse y compartir tazas o utensilios, con personas enfermas.
- Limpie y desinfecte objetos o superficies frecuentemente tocadas usando un aerosol o toallita de limpieza regular.
- Cúbrase la tos o estornudo con un pañuelo, tire el pañuelo a la basura. Si no tiene un pañuelo use su brazo (no sus manos).
- Las mascarillas solo deben ser utilizadas por personas que muestran síntomas de COVID-19 para ayudar a prevenir la propagación de la enfermedad a otros. El propósito de una mascarilla es prevenir gotas de estornudos y tos en el aire.

## MANTENGASE INFORMADO