

## ¿Cómo auto-aislarte por el COVID-19?

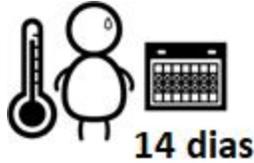


**Puedes salvar vidas si te quedas en casa.** Si estás infectado con el virus COVID-19, puedes contagiar a muchas personas; incluidos parientes y vecinos mayores.

**20 segundos**



Lávate las manos con frecuencia, **no te toques** la cara



**Monitorea** tus **síntomas** durante **14 días**

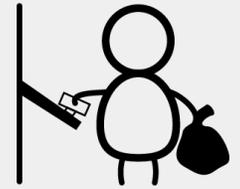


**Limpia y desinfecta** tu casa con frecuencia

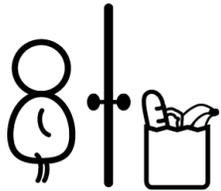
### ¿Vives en un apartamento o condo?



**Usa tus codos o nudillos** para los botones del ascensor



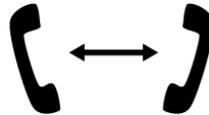
**Usa una toalla de papel** para tocar la tapa del basurero



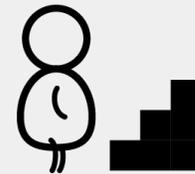
Utiliza servicios de **entrega de comida**



**Trabaja desde tu casa** o para de trabajar



**Mantente conectado** solo por **teléfono** e **internet**



**Usa las escaleras** cuando sea posible



**Abre las puertas automáticas** usando **codos o nudillos**

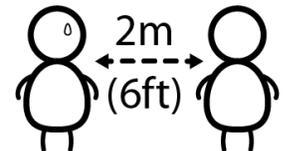
## ¿Qué hacer si vives con otras personas y estás enfermo?



Usa **tazas y platos diferentes**, límpialos y desinfectándolos **a menudo**



**Lávate las manos antes y después** de acariciar a las mascotas, o intenta no acariciarlos



**Manténte a 2 metros** de distancia o **usa una máscara**

