

¿Cómo auto-aislarte por el COVID-19?

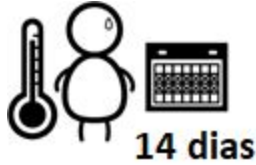


Puedes salvar vidas si te quedas en casa. Si estás infectado con el virus COVID-19, puedes contagiar a muchas personas; incluidos parientes y vecinos mayores.

20 segundos



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

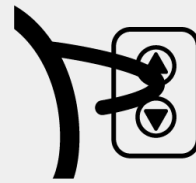


Monitorea tus **síntomas** durante **14 días**



Limpia y desinfecta tu casa con frecuencia

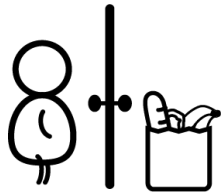
¿Vives en un apartamento o condo?



Usa tus codos o nudillos para los botones del ascensor



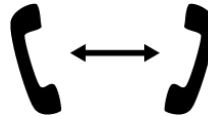
Usa una toalla de papel para tocar la tapa del basurero



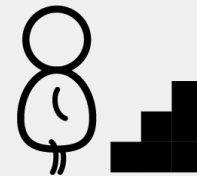
Utiliza servicios de **entrega de comida**



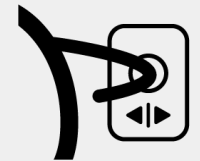
Trabaja desde tu casa o para de trabajar



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



Usa las escaleras cuando sea posible



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

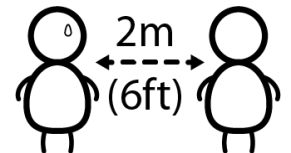
¿Qué hacer si vives con otras personas y estás enfermo?



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**

