

TOME ESTAS 5 MEDIDAS DE SEGURIDAD

para que todos nos mantengamos sanos

1

QUÉDESE EN CASA SI NO SE SIENTE BIEN

O si la prueba del COVID-19 le da positivo o estuvo expuesto a alguien con COVID-19 en los últimos 14 días



2

MANTÉNGASE A 6 PIES DE OTRAS PERSONAS

que no vivan con usted, tanto dentro como fuera del agua, y evite compartir cosas con otros



3

USE UNA CUBIERTA DE TELA PARA LA CARA

cuando no esté en el agua*

* No les ponga una cubierta de tela para la cara a los niños de menos de 2 años ni a cualquier persona que tenga dificultad para respirar o esté inconsciente, débil, o que por cualquier otro motivo no pueda quitársela sin ayuda.



4

LÁVESE LAS MANOS FRECUENTEMENTE con agua y jabón por al menos 20 segundos o use un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol



5

CÚBRASE LA NARIZ Y LA BOCA CON UN PAÑUELO DESECHABLE O LA PARTE INTERNA DEL CODO AL TOSER O ESTORNUDAR; luego bote el pañuelo a la basura y lávese las manos



Ahora, **inademos!**



cdc.gov/coronavirus-es