

PROTÉJASE DEL COVID-19

QUÉ PUEDE HACER:

Use una máscara o una cubierta de tela que cubra su nariz y su boca



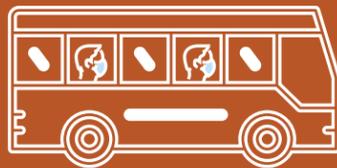
En el lugar de trabajo (construcción, aseo, jardinería, servicios)



Cuando esté en público o con gente que no es de su familia



Durante el transporte- si comparte vehículo por trabajo o si utiliza transporte público



Al interior de tiendas y supermercados



Donde no pueda mantener una distancia de al menos 6 pies (2 metros) de otras personas



Evite las aglomeraciones de gente

Lávese las manos con agua y jabón – si no puede, use toallitas o gel desinfectante con al menos 60% de alcohol



Si tose o estornuda, cúbrase la boca con el brazo, no con la mano



No toque su cara, en especial su boca, nariz y ojos

Evite compartir utensilios para comer o botellas de agua o gaseosas



Si es posible, quédese en casa



Recuerde: si tiene diabetes, enfermedad coronaria, presión alta, asma o enfermedad pulmonar crónica, usted está en mayor riesgo de sufrir complicaciones por COVID-19

Allergy
& Asthma
NETWORK
35TH
ANNIVERSARY

This project was funded by a grant from the Chest Foundation and the Feldman Family Foundation