







# COVID-19: REDUZCA SUS RIESGOS

Mientras más opciones de bajo riesgo escoja, mayor será su protección para no contraer o propagar el COVID-19

COVID-19: REDUCE YOUR RISK (Spanish)

**LO MÁS SEGURO**

**LO MÁS RIESGOSO**

<b>Cubrirse la cara</b>		Todo el mundo lleva una mascarilla o un cubrebocas	La mayoría usa mascarilla	Algunos usan mascarilla	Nadie usa mascarilla
<b>Distanciamiento social</b>		No participar en ninguna actividad en persona; solamente de forma virtual	Mantenerse a 6 pies de distancia o más de los demás	Estar a menos de 6 pies de distancia de los demás	Estar parado frente a frente, abrazarse, darse la mano
<b>Transmisión por gotitas</b>		Respirando normalmente	Hablando o respirando agitadamente	Gritando o cantando	Tosiendo o estornudando
<b>Lugar</b>		Afuera en un espacio abierto	Cobijándose debajo de algo (una glorieta, porche cubierto) en el exterior	Habitaciones interiores amplias con una buena ventilación	Habitaciones interiores pequeñas con poca ventilación
<b>Comida</b>		Solo traer y tocar su propia comida	Servir comida en porciones preparadas usando una buena higiene de manos	Al estilo familiar, pero usando sus propios utensilios para servir	Compartir platos, cubiertos y vasos
<b>Grupos</b>		Solamente miembros de la casa	Grupos pequeños (dos hogares, menos de 10 personas)	Grupos grandes de más de 10 personas	Reuniones grandes con gente de distintas áreas geográficas

**LO MÁS SEGURO**

**MAYOR SEGURIDAD,**

**CON ALGO DE RIESGO**

**LO MÁS RIESGOSO**

**EJEMPLOS**



Estar en casa solamente con la gente que vive con usted



Grupos pequeños al exterior, manteniendo por lo menos 6 pies de distancia



Cantar en un coro grande en un sala pequeña

**RECUERDE SIEMPRE**



Lavarse bien las manos a menudo reduce los riesgos en cualquier situación. Si usted no dispone de agua y jabón, use solución desinfectante de manos que contenga por lo menos un 60 % de alcohol.



Quedarse en casa si siente cualquier síntoma leve, a no ser que sea para recibir atención médica.