

Distanciamiento: ¿poco, mucho o total?

Al mantener la distancia, frenamos el coronavirus (COVID-19)

Para quienes son contactos cercanos o han viajado y van a estar en

CUARENTENA

- Quienes viven juntos pueden relacionarse de manera normal.
- No debe asistir a la escuela o al trabajo.
- No debe viajar en el transporte público.
- No debe realizar visitas ni recibir personas en su casa.
- Puede salir a pasear, pero mantenga al menos un metro de distancia de las demás personas.
- Puede hacer los recados absolutamente necesarios en tiendas de comida o la farmacia.
- Aquellos con quienes convive no están en cuarentena.
- Si tiene síntomas de infección respiratoria, deberá aislarse y someterse a un test.
- En caso de que el resultado del test sea positivo, debe mantenerse aislado en su casa.

Consejos a toda la población

- Recuerde mantener la buena higiene de manos y al toser.
- Usted y sus amigos más cercanos pueden estar juntos de manera normal.
- Mantenga mayor distancia de aquellas personas que no sean sus amigos más cercanos y su familia. Esa distancia debe ser de al menos un metro.
- En caso de presentar síntomas de infección respiratoria, deberá quedarse en casa.
- Si tiene síntomas de COVID-19 debe realizarse un test.

Si se ha demostrado o es probable que tenga COVID-19 y se encuentra

AISLADO EN SU CASA

- No debe salir de su casa.
- Mantenga la distancia de las demás personas en su vivienda.
- Si es posible, use su propia habitación y baño.
- Lave las superficies con frecuencia.
- Alguien puede ayudarle a realizar las compras.
- Acuerde con su médico la manera en que debe realizarse el seguimiento de su estado de salud.
- Las personas con las que convive deben estar en cuarentena.