

Coronavirus (COVID-19): Protéjase a usted mismo y a los demás

Ayude a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como el COVID-19

Evite el contacto cercano con personas enfermas

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos

Límpiese las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol

Cúbrase la tos o el estornudo con un pañuelo de papel y luego tírelo a la basura

Evite tocarse los ojos, nariz y boca

Desinfecte los objetos y superficies que se tocan con frecuencia

Quédese en casa si está enfermo, excepto para obtener atención médica

¡Manténgase informado! El brote de coronavirus está cambiando continuamente.

Obtenga atención médica si desarrolla síntomas

- ✓ Fiebre
- ✓ Tos
- ✓ Dificultad para respirar

Llame a su profesional de la salud si presenta síntomas y ha estado en contacto estrecho con alguna persona que se sepa que tiene COVID-19, o si ha viajado recientemente desde una zona con una propagación generalizada o continua de COVID-19.

Para obtener información actualizada, visite: [cdc.gov/COVID19](https://www.cdc.gov/COVID19)

No somos una compañía de seguros. Health Advocate no es un proveedor directo de atención médica y no está afiliado con ninguna compañía de seguros o proveedor externo.

Fuente: Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC)

©2020 Health Advocate HA-M-2002003-2POS SP



Correo electrónico: answers@HealthAdvocate.com
Web: [HealthAdvocate.com/](https://www.HealthAdvocate.com/)

HealthAdvocateSM