

Aislamiento en el hogar: cómo hacerlo correctamente



Póngase en cuarentena voluntaria en su casa.

Permanezca en una sola habitación, alejado de otras personas. Utilice un dormitorio y baño separados, de ser posible.



Evite tocarse la cara sin haberse lavado las manos.



No comparta artículos de uso personal.



Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo de papel o el pliegue interno del codo al toser o estornudar.



Limpie a diario todas las superficies de contacto frecuente de la casa, incluidos encimeras, mesas, picaportes, artefactos de baño, teléfonos, teclados y tablets.



Informe a cualquier otra persona con quien haya tenido contacto que es posible que usted haya contraído COVID-19. Dichas personas deben seguir las recomendaciones anteriores y controlarse la salud para detectar signos de enfermedad respiratoria (fiebre, tos, falta de aire).



Higienícese las manos a fondo y frecuentemente.

Lávese las manos con agua y jabón durante por lo menos 20 segundos.

¿Tiene preguntas sobre el COVID-19?

Llame a nuestra línea directa de coronavirus al 570-284-3657.

