

COVID-19

Consejos para mantenerse seguro en las instalaciones de vivienda compartida

INFORMAR SOBRE SÍNTOMAS



Déjele saber al personal como se siente

Algunos síntomas incluyen fiebre, tos, dificultad para respirar, presión en el pecho y confusión.

LÁVESE LAS MANOS



No olvide el jabón

Lávese las manos con jabón durante al menos 20 segundos. Después de entrar en contacto con superficies que se tocan con frecuencia, como pomos y mesas, asegúrese de lavarse las manos antes de tocarse los ojos, la nariz o la boca.

ESTRÉS Y AFRONTAMIENTO



Cuide su cuerpo

Continúe tomando los medicamentos recetados, coma sano y beba suficiente agua. Duerma bastante. Evite el alcohol y las drogas.

HIGIENE PERSONAL



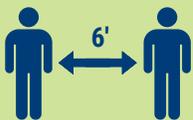
No propague gérmenes

Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude o use la parte interna del codo. No olvide lavarse las manos después.

DISTANCIAMIENTO FÍSICO

Mantenga un radio (distanciamiento) personal

Manténgase al menos a seis pies de otras personas. Si duerme en áreas comunes, asegúrese de dormir con la cabeza alejada de otras personas que puedan estar cerca.



SALIDAS ESENCIALES

Usar una cubierta de tela para cara

Usted puede infectarse y no mostrar ningún síntoma. Usar una cubierta de tela para la cara puede reducir el riesgo de propagación de la comunidad cuando es difícil mantener el distanciamiento físico.



WISCONSIN DEPARTMENT
of HEALTH SERVICES

P-02620ES (05/2020)

www.dhs.wisconsin.gov/covid-19