

COVID-19 CONSEJOS

PARA EL CUIDADO EN EL HOGAR

AISLAMIENTO Y LIMPIEZA



Haga que la persona enferma se quede en un cuarto, lejos de los demás, lo más que se pueda.



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



Si es posible, haga que la persona enferma use un baño separado.



No se toque los ojos, la nariz ni la boca.



No comparta artículos del hogar, como platos, toallas y sábanas.



Limpie con frecuencia las superficies compartidas, como los mostradores, las mesas y las manijas de las puertas.



Haga que la persona enferma use un cubre bocas cuando esté cerca de miembros de la familia ya sea en la misma habitación, casa, vehículo o consultorio médico.



Lave la ropa de manera segura. Use guantes desechables si la ropa está sucia. Mantenga los artículos sucios lejos de su cuerpo.

Los cuidadores deben usar un cubre bocas si la persona enferma no puede usarlo.



Evite las visitas innecesarias.



Abra las ventanas para que entre aire fresco en su casa.



¿Preguntas sobre los cuidados? Llame a su médico.

EVITE LAS REUNIONES

Piénselo dos veces antes de tener una reunión familiar:



Al organizar o visitar una reunión, está aumentando el riesgo de que todos se infecten. Lo más seguro es reunirse sólo con las personas que ya viven en su casa.

Sus abuelos y los miembros de su familia con problemas de salud corren un mayor riesgo de contraer COVID-19. Es su responsabilidad protegerlos.



Personas que parecen estar saludables pueden estar infectadas y pueden contagiar el virus a usted y a las personas que viven en su casa.

Puede conectarse con sus amigos y familiares de otras maneras. Utilice las llamadas telefónicas o las videollamadas para ver cómo están.



Si decide reunirse con personas con las que no vive, manténgase a seis pies de distancia. Considere la posibilidad de reunirse al aire libre, y todos deben usar una cubierta para el rostro.