



Lo que necesitas saber

Queremos compartir contigo algunos consejos y medidas para prevenir la enfermedad por el Covid-19 2019.



- ✚ **Regularmente debemos lavarnos las manos:** Acostúmbrate a lavarte las manos con frecuencia, durante al menos 20 segundos con agua y jabón, especialmente después de estornudar, sonarte la nariz, toser o estar en un lugar público. De lo contrario, usa un desinfectante para manos que contenga al menos 60% de alcohol y frota las manos hasta que las mismas sequen.
- ✚ **Evita el contacto cercano con otras personas:** Incluso dentro de tu casa, trata de mantenerte a 6 pies de distancia de las personas enfermas y de todos los demás. Cuando salgas, evita grupos, lugares concurridos y reuniones masivas. Esto es particularmente importante si tienes un mayor riesgo de enfermarte gravemente.
- ✚ **Evita tocarte la cara:** Si te tocas la nariz, los ojos y la boca con las manos sin lavar, podrías infectarte con el virus. Una recomendación es cubrirte la cara con algo en caso de que se te olvide no tocarte.
- ✚ **Recuerda usar una máscara o una cubierta de tela:** La cubierta facial de tela y las máscaras están destinadas a proteger a otras personas en caso de que estés infectado. Toda persona, enferma o no enferma, debe usar una máscara o una cubierta facial de tela cuando tenga que salir en público, por ejemplo, a la tienda de comestibles o al trabajo. (Excepción: las máscaras no deben colocarse sobre personas que tengan problemas para respirar, niños pequeños menores de 2 años o personas que no puedan quitarse la máscara sin ayuda).
- ✚ **Limpia y desinfecta las superficies que se tocan con frecuencia:** Esto debe practicarse a diario. Esto incluye mesas, perillas de puertas, interruptores de luz, encimeras, manijas, escritorios, teléfonos, teclados, computadores, inodoros, grifos y lavabos.
- ✚ **Debes estar atento a los síntomas:** Cada familia en tu hogar, ambiente laboral o entorno social, debe tener un termómetro digital para medir su temperatura todos los días si se presentan síntomas. Además, debes estar atento a la tos, falta de aliento u otros síntomas de COVID-19.

¡Todos somos responsables de protegernos, si todos participamos a disminuir y prevenir la propagación del virus, salvaremos vidas!



Gobierno Bolivariano
de Venezuela

Ministerio del Poder Popular
para Hábitat y Vivienda

ConstruPatria, S.A