

**¿Qué es COVID-19?**

COVID-19 es una enfermedad causada por un nuevo virus que se propaga al toser y estornudar. También puede propagarse por respirar y hablar. Los síntomas comunes incluyen fiebre, tos y dificultad para respirar. Muchas personas infectadas no tendrán síntomas, pero pueden transmitir el virus.

**Protégase y a sus seres queridos**

Los médicos nos piden que nos quedemos en casa. Si tiene que salir a trabajar, comprar alimentos o tomar aire fresco:

- **Mantenga seis pies de distancia de los demás**
- **No se toque la cara**
- **Lávese las manos con frecuencia, por al menos 20 segundos**
- **Use una máscara**

Las máscaras pueden protegerlo, pero también ayudan a detener la propagación del virus por las personas infectadas que no se sienten enfermas. **Si se siente enfermo, ¡quédese en casa! Si tiene problemas para respirar o dolor de pecho constante, llame a un médico o a la sala de emergencias.**



**¿Qué es COVID-19?**

COVID-19 es una enfermedad causada por un nuevo virus que se propaga al toser y estornudar. También puede propagarse por respirar y hablar. Los síntomas comunes incluyen fiebre, tos y dificultad para respirar. Muchas personas infectadas no tendrán síntomas, pero pueden transmitir el virus.

**Protégase y a sus seres queridos**

Los médicos nos piden que nos quedemos en casa. Si tiene que salir a trabajar, comprar alimentos o tomar aire fresco:

- **Mantenga seis pies de distancia de los demás**
- **No se toque la cara**
- **Lávese las manos con frecuencia, por al menos 20 segundos**
- **Use una máscara**

Las máscaras pueden protegerlo, pero también ayudan a detener la propagación del virus por las personas infectadas que no se sienten enfermas. **Si se siente enfermo, ¡quédese en casa! Si tiene problemas para respirar o dolor de pecho constante, llame a un médico o a la sala de emergencias.**



**¿Qué es COVID-19?**

COVID-19 es una enfermedad causada por un nuevo virus que se propaga al toser y estornudar. También puede propagarse por respirar y hablar. Los síntomas comunes incluyen fiebre, tos y dificultad para respirar. Muchas personas infectadas no tendrán síntomas, pero pueden transmitir el virus.

**Protégase y a sus seres queridos**

Los médicos nos piden que nos quedemos en casa. Si tiene que salir a trabajar, comprar alimentos o tomar aire fresco:

- **Mantenga seis pies de distancia de los demás**
- **No se toque la cara**
- **Lávese las manos con frecuencia, por al menos 20 segundos**
- **Use una máscara**

Las máscaras pueden protegerlo, pero también ayudan a detener la propagación del virus por las personas infectadas que no se sienten enfermas. **Si se siente enfermo, ¡quédese en casa! Si tiene problemas para respirar o dolor de pecho constante, llame a un médico o a la sala de emergencias.**



**¿Qué es COVID-19?**

COVID-19 es una enfermedad causada por un nuevo virus que se propaga al toser y estornudar. También puede propagarse por respirar y hablar. Los síntomas comunes incluyen fiebre, tos y dificultad para respirar. Muchas personas infectadas no tendrán síntomas, pero pueden transmitir el virus.

**Protégase y a sus seres queridos**

Los médicos nos piden que nos quedemos en casa. Si tiene que salir a trabajar, comprar alimentos o tomar aire fresco:

- **Mantenga seis pies de distancia de los demás**
- **No se toque la cara**
- **Lávese las manos con frecuencia, por al menos 20 segundos**
- **Use una máscara**

Las máscaras pueden protegerlo, pero también ayudan a detener la propagación del virus por las personas infectadas que no se sienten enfermas. **Si se siente enfermo, ¡quédese en casa! Si tiene problemas para respirar o dolor de pecho constante, llame a un médico o a la sala de emergencias.**



## Usando su máscara

- Su máscara debe estar ajustada alrededor de su nariz y boca, y cubrir ambas sin dificultar la respiración.
- Lávese las manos justo antes y justo después de quitarse la máscara. Para quitarse la máscara de manera segura, tenga cuidado de no tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Las máscaras faciales de tela no se deben colocar en niños menores de dos años ni en personas con problemas para respirar.
- Cuando no esté en uso, guarde su máscara en una bolsa de papel.



Lávese las manos



No toque



## Limpiando su máscara

Si puede, limpie las mascarillas de tela una vez al día. Usted puede:

- Hervir la máscara durante 10 minutos en agua hirviendo.
- Lavar la máscara con jabón. Puede ponerla en la lavadora con la temperatura más alta. Secar al aire.

### Otros recursos útiles

NYC Actualizaciones: Envíe el mensaje "COVIDESP" al 692-692.

[www.nyc.gov/coronavirus](http://www.nyc.gov/coronavirus)

Línea directa de coronavirus del Departamento de Salud del Estado de Nueva York: 1-888-364-3065.

## Usando su máscara

- Su máscara debe estar ajustada alrededor de su nariz y boca, y cubrir ambas sin dificultar la respiración.
- Lávese las manos justo antes y justo después de quitarse la máscara. Para quitarse la máscara de manera segura, tenga cuidado de no tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Las máscaras faciales de tela no se deben colocar en niños menores de dos años ni en personas con problemas para respirar.
- Cuando no esté en uso, guarde su máscara en una bolsa de papel.



Lávese las manos



No toque



## Limpiando su máscara

Si puede, limpie las mascarillas de tela una vez al día. Usted puede:

- Hervir la máscara durante 10 minutos en agua hirviendo.
- Lavar la máscara con jabón. Puede ponerla en la lavadora con la temperatura más alta. Secar al aire.

### Otros recursos útiles

NYC Actualizaciones: Envíe el mensaje "COVIDESP" al 692-692.

[www.nyc.gov/coronavirus](http://www.nyc.gov/coronavirus)

Línea directa de coronavirus del Departamento de Salud del Estado de Nueva York: 1-888-364-3065.

## Usando su máscara

- Su máscara debe estar ajustada alrededor de su nariz y boca, y cubrir ambas sin dificultar la respiración.
- Lávese las manos justo antes y justo después de quitarse la máscara. Para quitarse la máscara de manera segura, tenga cuidado de no tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Las máscaras faciales de tela no se deben colocar en niños menores de dos años ni en personas con problemas para respirar.
- Cuando no esté en uso, guarde su máscara en una bolsa de papel.



Lávese las manos



No toque



## Limpiando su máscara

Si puede, limpie las mascarillas de tela una vez al día. Usted puede:

- Hervir la máscara durante 10 minutos en agua hirviendo.
- Lavar la máscara con jabón. Puede ponerla en la lavadora con la temperatura más alta. Secar al aire.

### Otros recursos útiles

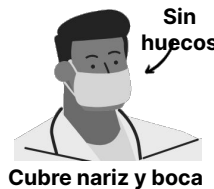
NYC Actualizaciones: Envíe el mensaje "COVIDESP" al 692-692.

[www.nyc.gov/coronavirus](http://www.nyc.gov/coronavirus)

Línea directa de coronavirus del Departamento de Salud del Estado de Nueva York: 1-888-364-3065.

## Usando su máscara

- Su máscara debe estar ajustada alrededor de su nariz y boca, y cubrir ambas sin dificultar la respiración.
- Lávese las manos justo antes y justo después de quitarse la máscara. Para quitarse la máscara de manera segura, tenga cuidado de no tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Las máscaras faciales de tela no se deben colocar en niños menores de dos años ni en personas con problemas para respirar.
- Cuando no esté en uso, guarde su máscara en una bolsa de papel.



Lávese las manos



No toque



## Limpiando su máscara

Si puede, limpie las mascarillas de tela una vez al día. Usted puede:

- Hervir la máscara durante 10 minutos en agua hirviendo.
- Lavar la máscara con jabón. Puede ponerla en la lavadora con la temperatura más alta. Secar al aire.

### Otros recursos útiles

NYC Actualizaciones: Envíe el mensaje "COVIDESP" al 692-692.

[www.nyc.gov/coronavirus](http://www.nyc.gov/coronavirus)

Línea directa de coronavirus del Departamento de Salud del Estado de Nueva York: 1-888-364-3065.