

# DETENGA LA PROPAGACIÓN

LOS PASOS A CONTINUACIÓN PUEDEN DETENER LA PROPAGACIÓN DE COVID-19



- Limite el contacto físico y las interacciones con otras personas. **No abraze** ni estreche la mano. Cuando sea posible, permanezca a **6 pies de distancia** entre una persona y otra.



- **Cúbrase la nariz y la boca** con una cubierta de tela.
- Utilice un pañuelo para cubrirse la boca y la nariz cuando tosa o estornude y deséchelo en un contenedor de basura forrado.



- **Lávese las manos** con agua y jabón durante al menos 20 segundos después de usar el baño, antes y después de preparar la comida, después de estornudar o toser en un pañuelo, antes de salir de casa y justo después de llegar a su casa.
- **No toque** sus ojos, nariz y boca durante el transcurso del día.

- **No comparta** artículos personales: teléfonos celulares, platos, vasos, tazas, utensilios para comer, toallas o ropa de cama.
- **No comparta** herramientas ni equipos de cosecha.
- Las instalaciones de baño y lavado de manos deben limpiarse y desinfectarse todos los días. Si no, informe inmediatamente a su supervisor.
- Al menos una vez al día, limpie y desinfecte los teléfonos, controles remotos, mostradores, mesas, perillas o cerrojos de las puertas, accesorios de baño, inodoros, teclados, tabletas y mesas de noche.
- Informe a su supervisor de inmediato si se siente enfermo o tiene algún síntoma. **No abandone** su vivienda y **no visite** áreas públicas.

**UF Health Monitorear, Examinar y Proteger.**  
**Monitorear, Examinar y Proteger.**  
Aprende mas visitando: [Coronavirus.UFHealth.org](https://www.covid19.ufl.edu)

## Busque ayuda médica para los síntomas de COVID-19 \*



**Tos Persistente**



**Fiebre: 100.4+ °F**



**Pérdida reciente del olfato o el gusto**



**Dolores musculares/Dolores de cabeza**



**Dificultad para respirar (sentir que le falta el aire)**



**Dolor de garganta**

\*Otros síntomas pueden incluir escalofríos, diarrea o sentirse enfermo de cualquier otra manera.

## ¿Dónde puede hacerse la prueba de COVID-19 en Florida?

- Visite <https://floridahealthcovid19.gov/home/espanol/> para obtener la información más actualizada sobre los sitios de prueba.
- Llame al 1-877-888-7468 para obtener información general sobre COVID-19.

**Limpieza y desinfección de su hogar.** <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/disinfecting-your-home.html>

**Cuidar a alguien enfermo en casa.** <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/care-for-someone.html>

**Conozca los datos acerca del coronavirus.** <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

**Departamento de la Salud de la Florida.** <https://floridahealthcovid19.gov/home/espanol>