

Medidas simples para Usted y para otros, para reducir el riesgo de contagio por el **COVID-19**



the
power of
humanity



Lavarse las manos a menudo, con agua y jabón frotándolas por lo menos por 20 segundos, o utilizar un desinfectante a base de alcohol.



Tener un plan para su familia en caso necesiten quedarse apartados en casa por 2 semanas. Preparar un plan con una de las simples indicaciones en redcross.org.au/prepare



Si tose o estornuda hágalo en su codo o en un pañuelo de papel, deséchelo en un contenedor de basura y lávese las manos inmediatamente.



Mantener la calma y no entrar en pánico. La mayoría de las personas infectadas por el COVID-19 padece solo de síntomas ligeros.



Evitar el contacto cercano con personas afectadas por fiebre o tos.



Los ancianos y las personas con enfermedades preexistentes son los que están en mayor riesgo.



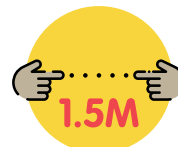
Quédese en casa si no se siente bien. Si tiene fiebre, tos o respiración entrecortada, llame a su médico o al 1800 020 080 para obtener asistencia. Si se siente muy mal o tiene dificultad al respirar, llame al 000.



Si le pidieron de quedarse en aislamiento tiene que hacerlo, a menos que necesite atención médica.



Utilizar mascarilla si lo exige la autoridad gubernamental donde usted vive.



Mantener la distancia física con las personas ajenas a su familia y afuera de su hogar. **No estrechar manos ni abrazar o besar a otros.**

Tiene preguntas?

Llame al servicio especial de información:
Coronavirus Health Information Line: 1800 020 080.
Puede pedir un intérprete en su idioma.