

RECOMENDACIONES PARA EL FIN DE AÑO

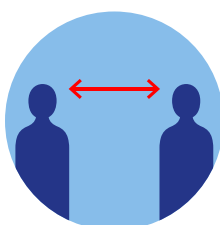
La pandemia no ha terminado. Durante las festividades de Navidad y Año Nuevo debemos mantener el autocuidado. Así nos protegemos a nosotros mismos y a nuestros familiares y amigos.



Uso adecuado de tapabocas permanentemente



Lavado de manos frecuente



Mantener la distancia física



Silencio en lugares sin buena ventilación



Evitar lugares de aglomeración de personas y/o con inadecuada ventilación



Si se va a reunir con otras personas, hágalo en espacios abiertos



Guarde silencio mientras no tenga el tapabocas (por ejemplo cuando esté comiendo)



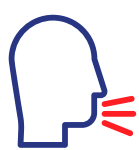
Si visita a personas vulnerables, aíslese completamente durante los 14 días previos a la visita

TENGA EN CUENTA:

Si usted presenta alguno de los siguientes síntomas, consulte con su servicio de salud:



Fiebre mayor a 38° C



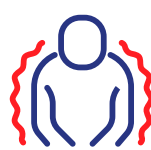
Tos



Dificultad respiratoria



Dolor al tragar



Fatiga o debilidad

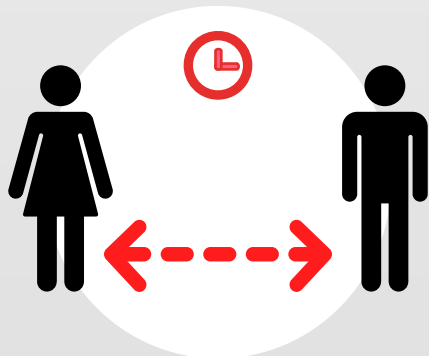


Pérdida del olfato



Pérdida del gusto

Si ha tenido contacto estrecho con una persona con Covid-19, así usted no presente síntomas, debe aislarse 14 días para proteger a otros.



CONTACTO ESTRECHO:

Si ha compartido con una persona con Covid-19 durante más de 15 minutos, a menos de 2 metros y sin mascarilla.

Si ha compartido con otras personas más de una hora, en un lugar sin adecuada ventilación, aun usando mascarilla.