

# Coronavirus (COVID-19): Protéjase a usted mismo y a los demás

Ayude a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como el COVID-19

Evite el contacto cercano con personas enfermas

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos

Evite tocarse los ojos, nariz y boca

Desinfecte los objetos y superficies que se tocan con frecuencia

Límpiese las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol

Cúbrase la tos o el estornudo con un pañuelo de papel y luego tírelo a la basura

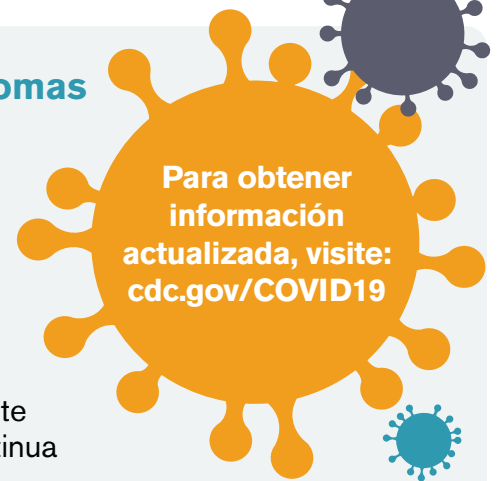
Quédese en casa si está enfermo, excepto para obtener atención médica

¡Manténgase informado! El brote de coronavirus está cambiando continuamente.

## Obtenga atención médica si desarrolla síntomas

- ✓ Fiebre
- ✓ Tos
- ✓ Dificultad para respirar

Llame a su profesional de la salud si presenta síntomas y ha estado en contacto estrecho con alguna persona que se sepa que tiene COVID-19, o si ha viajado recientemente desde una zona con una propagación generalizada o continua de COVID-19.



No somos una compañía de seguros. Health Advocate no es un proveedor directo de atención médica y no está afiliado con ninguna compañía de seguros o proveedor externo.

Fuente: Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC)

©2020 Health Advocate HA-M-2002003-1FLY SP



866.799.2731

Correo electrónico: [answers@HealthAdvocate.com](mailto:answers@HealthAdvocate.com)

Web: [HealthAdvocate.com/members](https://HealthAdvocate.com/members)

HealthAdvocate<sup>SM</sup>