



## COVID-19

¿Qué hacer si te piden regresar a tu casa?

# TEN PRESENTE CUÁLES LOS SÍNTOMAS DEL COVID-19 y qué debes monitorear:

**FIEBRE ALTA DE INICIO SÚBITO**  
(arriba de 38°C)

**DOLOR DE CABEZA**

**DOLORES MUSCULARES Y/O ARTICULARES**

**CONGESTIÓN NASAL SEVERA**

**DIFICULTAD PARA RESPIRAR**

**TOS GENERALMENTE SECA** (se caracteriza por ser intensa y durar más de 2 semanas)



## RECOMENDACIONES PARA EVITAR CONTAGIO:

### 1 Lavar tus manos:

- ✓ Después de toser o estornudar
- ✓ Cuando cuidas a alguien enfermo
- ✓ Antes, durante y después de preparar la comida
- ✓ Antes de comer
- ✓ Después de usar el baño
- ✓ Cuando las manos están visiblemente sucias
- ✓ Después de tocar animales o desechos de animales



**2 Limpiar frecuentemente las superficies** que puedan contaminarse con secreciones respiratorias.



**3 Cubrirse la boca** con una toalla desechable al momento de toser. Si no se tiene toalla utilizar el antebrazo al toser.



**4** Tener una **distancia de por lo menos 1 metro** con personas con afecciones respiratorias.

**5** No visitar **lugares concurridos y cerrados.**

**6** **Abstenga contacto** con personas que han viajado a zonas de riesgo.

**7** No tener **contacto en ojos, nariz y boca con las manos sucias.**

**8** No **escupir en el suelo.**

**Para FJBG ¡tu salud y la de tu familia es lo más importante!**



FUNDACIÓN

**JUAN BAUTISTA GUTIÉRREZ**