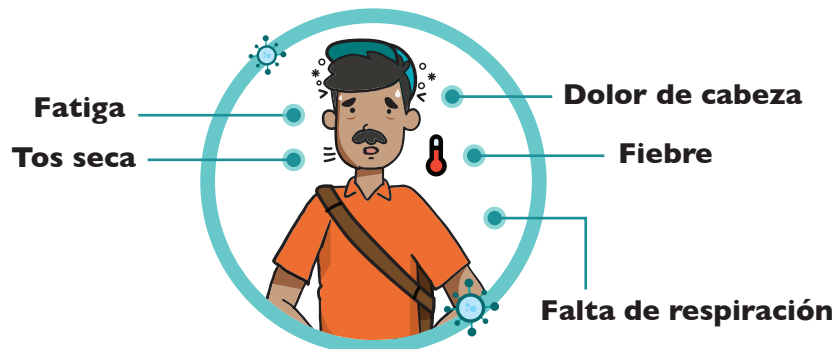


# PREVENCIÓN DEL COVID-19

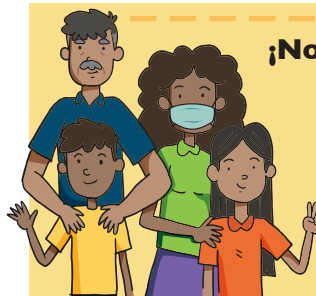
El **COVID-19** es una enfermedad respiratoria ocasionada por un virus llamado Coronavirus. Para saber si una persona está infectada es necesario hacerle una **prueba en un laboratorio** certificado. Sin embargo, es importante tomar medidas de precaución aún sin tener ningún síntoma.

## Síntomas



### La enfermedad se transmite:

- En contacto con secreciones de personas infectadas (heces y saliva al estornudar o toser).
- En contacto con objetos usados por personas infectadas (metal, vidrio, plástico, cartón y madera).



### ¡No salgas de tu casa a menos que sea necesario!

Recuerda que todas y todos podemos contagiarnos, aunque hay personas más vulnerables a la enfermedad:

- Niñas, niños, adolescentes y adultos mayores
- Adultos con alguna enfermedad o padecimiento crónico: diabetes, hipertensión o problemas renales.

El financiamiento para este proyecto fue proporcionado por el Departamento de Trabajo de los Estados Unidos bajo el acuerdo cooperativo número IL-29993-16-75-K-11. El 100% del costo total del programa Campos de Esperanza es financiado con fondos federales, por un total de \$10,581,400.00 dólares.

Este material no refleja necesariamente las opiniones o políticas del Departamento de Trabajo de los Estados Unidos, ni tampoco la mención de nombres comerciales, productores comerciales u organizaciones.

## Prevención



Estornuda de  
etiqueta.



Lava tus manos  
con frecuencia.



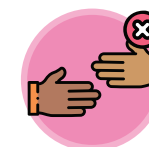
¡Mantente hidratado!  
Bebe agua potable.



No compartas platos,  
botellas o equipo de  
protección personal



Reduce el consumo  
de alcohol y cigarro.



No saludes de beso o  
de mano. Ni abrazes.

- Evita lugares con mucha gente y eventos sociales de la comunidad.
- Mantén una distancia de un metro y medio entre personas.
- Cuando regreses del corte de caña o café, así como de otras labores en el campo, aséate y ponte ropa limpia.
- Si tú y tu familia tienen que ir a vender algún producto o hacer un mandado procuren que solo vaya una persona (que no sean adultos mayores, niñas o niños).
- Evita que niñas, niños o adolescentes participen o acompañen en las labores de campo.
- Limpia continuamente utensilios como teléfonos, radios, linternas y herramientas.
- Evitar tocarte los ojos, nariz o boca con las manos sucias.

Si tienes alguno de estos síntomas comunícate al

**800 0044 800**

Si vives en Oaxaca: 951 516 1220

Si vives en Veracruz: 800 123 456

