COVID-19: ¿CUÁL ES MI RIESGO?

A menos que se indique lo contrario, se supone que estará solo o únicamente con personas que viven en su hogar.

A continuación, incluimos algunas pautas generales. Puede reducir su riesgo de contagio utilizando una mascarilla, manteniendo la distancia física, desinfectando las superficies y lavando sus manos regularmente.

St. Jude Children's Research Hospital

CÚBRETE POR LOS NIÑOS

BAJO RIESGO

- Uso de auto-servicios
- Solicitar comida o víveres para llevar
- Abrir el correo
- Echar gasolina
- Caminar, correr o montar una bicicleta
- Acampar
- Ver una película en un autocine
- Probarse ropa en una tienda
- Visitar un parque público

DE BAJO A MODERADO

- Salir a comer en un restaurante
- Ir a una biblioteca
- Viajar distancias largas en auto
- Alojarse en un hotel
- Utilizar una computadora pública

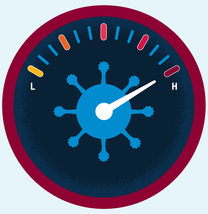
RIESGO MODERADO

- Ir al supermercado
- Ir de compras a un centro comercial
- Estar en la sala de espera de un consultorio médico o sala de urgencias
- Reunirse con amigos para disfrutar de una comida en el patio
- Jugar en un parque de juegos con otras personas
- Acampar con otras personas
- Tener a un trabajador dentro de casa

DE MODERADO A ALTO

- Comer en un restaurante
- Enviar a los niños a la escuela o a la guardería
- Visitar amigos en su casa
- Caminar, correr o andar en bicicleta con otras personas
- Ir a una playa llena de gente
- Nadar en una piscina pública con otras personas
- Caminar en una acera llena de gente

ALTO RIESGO



- Asistir a bodas, funerales, servicios religiosos concurridos u otras reuniones numerosas
- Viajar en avión, taxi o transporte público
- Ir al cine, a un parque de diversiones, a un concierto o a otras reuniones con numerosas personas
- Abrazar o dar la mano
- Recibir un corte de cabello, pedicura o masaje
- Practicar deportes en equipo (básquetbol, fútbol, fútbol americano)
- Ejercitarse en un gimnasio
- Ir a un bar concurrido
- Cantar en un coro
- Asistir a un centro comunitario o recreativo

Agradecemos a Texas Medical Association por inspirar este gráfico. Las pautas incluyen la opinión experta de la Dra. Hana Hakim, Enfermedades Infecciosas, de St Jude Children's Research Hospital