

# CONSEJOS DE SEGURIDAD SOBRE EL COVID-19: SALIR PARA COMPRAR ARTÍCULOS ESENCIALES

Tomar medidas para enlentecer el contagio del COVID-19 presenta nuevos desafíos en las tareas diarias, como comprar artículos de almacén y medicamentos, obtener combustible o ir al banco. Pero puede ayudar a mantenerse a salvo con estas medidas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades.

## TODOS LOS MANDADOS

- Quédese en su casa si está enfermo o si tiene síntomas de COVID-19, como fiebre, tos o falta de aliento. Llame antes de obtener atención médica y siga estos pasos.
- Use un tapaboca de tela si tiene que estar con gente y mantenga una distancia de al menos 6 pies de las demás personas.
- Cúbrase cuando tosa o estornude, y evite tocarse los ojos, nariz y boca.
- Utilice un desinfectante para manos después de salir de una tienda, cargar gasolina o aceptar entregas a domicilio. Cuando llegue a su casa, lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos.

## ACTIVIDADES BANCARIAS

Use el banco en línea si es posible. Si debe visitar el banco, use el cajero automático de servicios desde el vehículo si hay uno disponible. Limpie el teclado del cajero automático con un paño desinfectante antes de usarlo.

## ENTREGAS A DOMICILIO

- Si es posible, pague en línea o por teléfono cuando ordene.
- Acepte las entregas sin contacto en persona, si es posible. De lo contrario, mantenga una distancia de 6 pies entre usted y la persona que hace la entrega.

## VISITAS AL MÉDICO Y FARMACIA

- Si es posible, use telemedicina, o comuníquese con su médico o enfermero por teléfono o correo electrónico.
- Hable con su médico sobre reprogramar los procedimientos que no son de carácter urgente.
- Planifique el pedido y retiro de sus medicamentos al mismo tiempo. Si es posible, haga los pedidos por teléfono con anticipación. Use las ventanillas de servicio desde el vehículo, servicios de retiro en la acera, pedido por correo u otros servicios de entrega. Haga lo mismo con respecto a los medicamentos para mascotas.
- Verifique con su médico o farmacéutico para averiguar si puede obtener un suministro más grande de sus medicamentos para que no tenga que visitar la farmacia con frecuencia.

## GASOLINA

En el surtidor de combustible, use guantes o paños desinfectantes en las manijas o botones antes de tocarlos.

## COMPRA DE COMESTIBLES

Ordene en línea o use el servicio de retiro en la acera. Solo visite la tienda en persona si es absolutamente necesario. Protéjase mientras hace las compras:

- Compre en horarios cuando hay menos gente, y permanezca a unos 6 pies de distancia mientras compra y en las colas.
- Si tiene mayor riesgo de desarrollar enfermedad grave, averigüe si la tienda tiene un horario especial para usted.
- Desinfecte el carrito de compras y use paños desinfectantes si hay disponibles.
- Si es posible, utilice un método de pago sin contacto (pagar sin tocar dinero, tarjetas o un teclado). Si debe manipular dinero, una tarjeta o utilizar un teclado, use desinfectante para manos inmediatamente después de pagar.