



COVID-19 Key Points

- What is novel coronavirus 2019 (COVID-19)?
 - Is a respiratory illness caused by a type of coronavirus which was first discovered in humans in 2019 in Wuhan, China.
- Symptoms include
 - Fever
 - Cough
 - Shortness of breath
- Spread
 - From person-to-person contact, including; between people who are in close contact with one another (within about 6 feet), and through respiratory droplets produced when an infected person coughs or sneezes.
- Prevention
 - Practice social distancing
 - Reduce close contact with others, only leave your home when absolutely necessary (like trips to the grocery store, pharmacy, work, etc.)
 - Limit large groups and keep your distance from others (6 to 8 feet is recommended)
 - Wash your hands
 - Wash your hands often with soap and water for at least 20 seconds, especially after going to the bathroom; before eating; and after blowing your nose, coughing, or sneezing.
 - If soap and water are not readily available, use an alcohol-based hand sanitizer with at least 60% alcohol. Always wash hands with soap and water if they are visibly dirty.
 - When to avoid contact
 - Stay home when you are sick.
 - Avoid close contact with people who are sick.
 - Face Masks
 - There has been a lot of information in the news about face masks, and it is important to understand face masks are not recommended for general use. The best use of face masks are for those who are sick and healthcare workers.
 - The reason is that we want you to avoid touching your eyes, nose, and mouth. Wearing a mask encourages you to touch your face.
 - Cover your cough
 - Cover your cough or sneeze with a tissue, then throw the tissue in the trash, or cough or sneeze into your elbow.
 - Increase Cleaning
 - Clean and sanitize frequently touched objects and surfaces using regular household cleaning spray or wipes.
- Questions or Possible Contact call (828) 349-2517.

Puntos Clave del Covid-19

- ¿Qué es el Nuevo Coronavirus 2019 (COVID-19)?
 - Es una enfermedad respiratoria causada por un tipo de coronavirus que se descubrió por primera vez en los seres humanos en 2019 en Wuhan, China.
- Los síntomas incluyen
 - Fiebre
 - Tos
 - Dificultad para respirar
- Contagio
 - Por contacto de persona a persona, incluyendo entre personas que están en estrecho contacto entre sí (dentro de un radio de 6 pies), y a través de las gotas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose o estornuda.
- Prevención
 - Practicar el distanciamiento social.
 - Reduzca el contacto cercano con los demás, solo salir de su casa cuando sea absolutamente necesario (como viajes al supermercado, farmacia, trabajo, etc.)
 - Limite grupos grandes y mantenga la distancia con los demás (se recomienda 6 a 8 pies)
 - Lavarse las manos
 - Lavarse las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser, o estornudar.
 - Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol. Siempre lávese las manos con agua y jabón si están visiblemente sucias.
 - Cuando evitar el contacto
 - Quédese en casa cuando esté enfermo.
 - Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.
 - Máscara Faciales
 - Ha habido mucha información en las noticias sobre máscaras faciales, y es importante entender que las máscaras faciales no se recomiendan para uso general. El mejor uso de las máscaras faciales es para los enfermos y los trabajadores de la salud.
 - La razón es que queremos que evite tocarse los ojos, la nariz y la boca. Usando una máscara facial le anima a tocarse la cara.
 - Cubrir la tos
 - Cúbrase al toser o estornudar con un pañuelo de papel, después tire a la basura, o toser o estornudar en su codo.
 - Aumentar la limpieza
 - Limpie y desinfecte los objetos y superficies que se tocan con frecuencia utilizando un spray o toallitas de limpieza de uso doméstico.
- Preguntas o posible contacto llame al (828) 349-2517.