

Consejos de seguridad para los días festivos

¡El Día de Acción de Gracias está a la vuelta de la esquina! Para disfrutar un Día de Acción de Gracias lleno de alegría y salud, recuerde tomar precauciones, como estar al día con las vacunas de COVID-19, usar mascarilla y lavarse las manos. No olvide hacerse una prueba de COVID-19 si ha estado expuesto al virus, tiene algún síntoma o piensa visitar a alguien con alto riesgo de enfermarse de gravedad.

DÍA FESTIVO

Receta para el Día de Acción de Gracias



Prepara: Un día festivo lleno de alegría y salud

INGREDIENTES:

Vacunación

Mascarilla

Jabón para las manos

Desinfectante de manos

Comunicación

Viaje placentero y seguro

MÁS INFORMACIÓN:

Siga las normas de su departamento de salud local para la comunidad.

Visite el sitio web de los CDC para obtener información sobre el COVID-19:

espanol.cdc.gov/coronavirus

Visite el sitio web de los CDC para obtener información sobre la gripe:

espanol.cdc.gov/flu

PASOS:

Póngase las vacunas actualizadas. Los adultos y los niños de 6 meses o más deben ponerse las vacunas actualizadas contra el COVID-19 y la gripe para evitar enfermarse de gravedad. Visite el sitio web de su departamento de salud para obtener más información sobre el acceso a la vacuna o hable con el profesional de la salud que lo atiende.

Use una mascarilla de alta calidad cuando visite a personas con mayor riesgo de enfermarse de gravedad. Las mascarillas con gran capacidad de filtración y bien ajustadas, como las N95, KN95 y KF94 ayudan a reducir la transmisión del COVID-19 y otras enfermedades respiratorias. Cualquiera puede optar por usar mascarilla como precaución adicional durante la temporada festiva.

Lávese o desinfectese las manos antes de comer o servir la comida para evitar que los gérmenes se propaguen a otras superficies o a otras personas.

Notifique con antelación a los invitados a su cena o celebración qué precauciones está tomando para proteger su salud. Para evitar que se propague la enfermedad, pídale que cancelen sus planes si se enferman o han estado en contacto con alguien que está enfermo.

Proteja su salud cuando esté de viaje, poniéndose las vacunas. Tome precauciones adicionales para evitar las aglomeraciones de personas, use mascarilla y hágase una prueba de COVID antes y después del viaje. Si se siente mal, hágase una prueba de COVID-19 y de la gripe, y considere retrasar su viaje.

¡NO OLVIDE LA MESA DE LOS NIÑOS!

La vacunación es la mejor manera de evitar que los niños se enfermen de gravedad, y los CDC recomiendan que todos los niños de 6 meses o más se pongan la vacuna contra el COVID-19 y contra la gripe. Además de vacunarse, recuérdelos a los niños que deben lavarse las manos antes y después de comer, y cubrirse la boca cuando tosan o estornuden. Ponga en práctica estos consejos para que todos puedan disfrutar de un Día de Acción de Gracias lleno de alegría y salud.

PUBLIC HEALTH 
COMMUNICATIONS
COLLABORATIVE

publichealthcollaborative.org