

# Ayuda a protegerte a ti y a los demás del COVID 19

Practica el distanciamiento social



Mantente a una distancia de 6 pies (el largo de 2 brazos) de los demás.

Y usa una cubierta de tela para la cara



Asegúrate de que te cubra la nariz y la boca para ayudar a proteger a los demás.  
Podrías estar infectado y no tener síntomas.



[cdc.gov/coronavirus-es](https://cdc.gov/coronavirus-es)