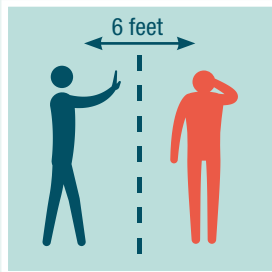


Distanciamiento Social: Mantenga su distancia para prevenir COVID-19



El distanciamiento social básicamente significa **reducir el contacto con las personas, especialmente en grandes multitudes**. Es un paso importante de salud pública para ayudar a retrasar la propagación de una enfermedad altamente contagiosa, como el coronavirus (COVID-19).

¿Por qué debería practicar el distanciamiento social?

- Cuando alguien infectado con el virus tose o estornuda, las gotas pueden viajar varios pies. Si inhala las gotas o si caen sobre su cara, podría infectarse.
- La historia respalda las acciones de California: durante la pandemia de influenza de 1918, las comunidades estadounidenses que utilizaron estrategias de distanciamiento social redujeron en gran medida la transmisión de enfermedades.
- **Mantenerse al menos tres pies, pero idealmente seis pies, el uno del otro en grandes entornos sociales es una de las formas más importantes en que los californianos pueden protegerse de la enfermedad y ayudar a retrasar su propagación.**
Esta recomendación es particularmente importante para las personas con alto riesgo de complicaciones de COVID-19 (ancianos o personas de cualquier edad con trastornos médicos crónicos, como afecciones cardíacas o pulmonares, diabetes, cáncer o VIH).



Mantén tu distancia. Disminuya la propagación.

Para obtener más información sobre el distanciamiento social y la respuesta del coronavirus de California, visite: cdph.ca.gov/covid19