

**INFORMACIÓN  
DE COVID-19 PARA  
VIAJEROS QUE  
REGRESAN**

# AUTO CONTROLAR Y PRACTICAR DISTANCIA SOCIAL



**1. Tome su temperatura con un termómetro dos veces al día y observe por fiebre. También esté atento a su tos o dificultad para respirar.**



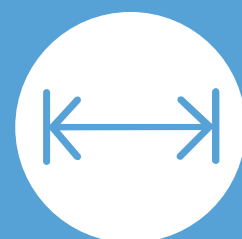
**2. Quédese en casa y evite el contacto con otros. No vaya al trabajo ni a la escuela durante el período de 14 días.**



**3. No tome transporte en lugares públicos, taxis o viajes compartidos.**



**4. Evite lugares llenos de gente (como centros comerciales y cines) y limite las actividades en público.**



**5. Mantenga su distancia de los demás (aproximadamente 6 pies o 2 metros).**



**6. Si necesita servicios de apoyo durante este período de autocontrol y distanciamiento social, llame a 1-877-PA-HEALTH (1-877-724-3258).**

**Puede volver a su rutina habitual cuando hayan transcurrido 14 días desde su fecha de salida, siempre que permanezca bien y no le hayan diagnosticado COVID-19. Por ejemplo, si salió de un país con un Aviso de Salud de Viaje de Nivel 3 el 1 de marzo, puede regresar a trabajar a partir del 15 de marzo. Los empleadores no deben requerir una nota del médico para volver a trabajar.**

## TOME PRECAUCIONES DIARIAS



**LAVE SUS MANOS**



**NO TOQUE SU CARA**



**EVITE PERSONAS  
ENFERMAS**

INFORMACIÓN + ACTUALIZACIONES:  
**HEALTH.PA.GOV**



**pennsylvania**  
DEPARTMENT OF HEALTH

Created 03/06/2020