Qué pueden hacer los viajeros para ayudar a prevenir el COVID-19

¿Preparándose para un viaje? Ya sea que su viaje sea doméstico o internacional, reduzca el riesgo de contraer o propagar infecciones respiratorias como el COVID-19 siguiendo estos consejos.

Vacúnese

Manténgase al día con las vacunas, incluyendo la de COVID-19 y la gripe. Las vacunas contra el COVID-19 y la gripe son seguras y eficaces para todas las personas a partir de los 6 meses de edad. Asegúrese de haber recibido una dosis de la vacuna bivalente COVID-19. Visite MyTurn para vacunarse.

Use una mascarilla

Use una mascarilla de alta calidad en lugares interiores mal ventilados (incluso en el transporte público y en los centros de transporte), especialmente si tiene una condición de salud subyacente, tiene 50 años o más, o tiene un sistema inmunológico débil. Las mascarillas más protectoras son las mascarillas N95, KN95 y KF94 que tienen buen ajuste y filtración. Asegúrese de seguir las pautas locales vigentes. Los niños menores de 2 años NO deben usar mascarillas debido al riesgo de asfixia.

No viaje mientras está enfermo

Evite viajar y ponerse en contacto con otras personas si se siente enfermo. Lea la guía de aislamiento de COVID-19 más reciente.

Acceda a pruebas y tratamientos de COVID-19

Hágase una prueba de COVID-19 en casa u obtenga una prueba de un proveedor de atención médica si tiene algún síntoma de COVID-19. Si da positivo, comuníquese con un proveedor de atención médica para obtener más información sobre tratamientos. Actúe rápido. Los medicamentos para el COVID-19 funcionan mejor cuando se inician dentro de los primeros 5 a 7 días de tener síntomas.

Escanee el código QR para ver los enlaces interactivos en este folleto

CDPH California Department of PublicHealth

Junio 2023 • © 2023, Departamento de Salud Pública de California