



Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades  
CDC 24/7: Salvamos vidas. Protegemos a la gente™

### Find pages with...

All these words:

Results must contain all of these words

This exact word  
or phrase:

Results must contain this full phrase

Any of these  
words:

Results must match at least one of these  
words

None of these  
words:

Results cannot contain any of these words

Language:

Find pages in the language you select

Advanced Search

## Coronavirus Disease 2019 (COVID-19)

# Kit de herramientas para los medios sociales

Los CDC crearon este kit de herramientas para los medios sociales con el fin de ayudar a localizar los esfuerzos de la respuesta a la enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19).

Este kit de herramientas provee mensajes y gráficas como ayuda para lo siguiente:

- Garantizar mensajes correctos y actuales, provenientes de una fuente confiable
- Crear materiales educativos
- Compartir recursos

En este kit de herramientas encontrará mensajes y gráficas para los medios sociales, provenientes de la respuesta de los CDC al COVID-19. Todas las gráficas y los mensajes sugeridos están disponibles para su uso en las plataformas y páginas web de los medios sociales. Los contenidos del kit de herramientas son de dominio público y cualquier persona puede usarlos para cualquier fin sin restricciones en virtud de la ley de derechos de autor.

Copie el texto y descargue las imágenes que se presentan a continuación para compartirlas en sus perfiles en los medios sociales. Recuerde usar #COVID19 cuando publique contenido relacionado con la enfermedad del coronavirus 2019 en Twitter e Instagram.

Para obtener más imágenes y recursos, visite la página [Recursos de comunicación acerca del COVID-19](#).

### Instrucciones

Para copiar el mensaje de muestra:

Presione y mantenga presionado el botón izquierdo del *mouse* y luego arrástrelo desde la parte superior izquierda hasta la parte inferior derecha de la selección entera del **texto** que desee **copiar**. Para **copiar** el **texto** resaltado, presione en su teclado la combinación de teclas **Ctrl+C** o haga clic con el botón derecho sobre el **texto** resaltado y seleccione **Copiar**.

Para descargar imágenes:

Desplácese hacia abajo por las opciones disponibles usando la flecha a la izquierda y derecha de la imagen. **Haga clic** en una imagen y se abrirá en una nueva pestaña del explorador. **Haga clic con el botón derecho** sobre la imagen y seleccione **Guardar como**.

#### Medios sociales de los CDC

 Facebook

 Twitter

 Instagram

## Distanciamiento social

### Mensaje de muestra para Facebook

Practica el distanciamiento social dejando espacio entre tú y los demás. Continúa practicando hábitos saludables para ayudar a desacelerar la propagación del COVID-19.

- Lávate las manos por al menos 20 segundos.
- Limpia y luego desinfecta las superficies usadas con frecuencia.
- Quédate en casa si estás enfermo.
- Evita tocarte la cara.

Obtén más información sobre cómo mantenerte sano y seguro en [cdc.gov/coronavirus-es](https://www.cdc.gov/coronavirus-es)

**DETÉN LA PROPAGACIÓN DE LOS MICROBIOS**  
Ayuda a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como el COVID-19.

**Evita el contacto cercano con personas que están enfermas.**

**6 pies**



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

1080 x 1080



**ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS**  
(COVID-19)

Distanciamiento social significa mantener una distancia entre usted y los demás.

 [cdc.gov/COVID19-es](https://cdc.gov/COVID19-es)

This graphic features a dark teal header with the text 'ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS (COVID-19)'. Below the header is an illustration of two houses with people looking out of the windows. The background is a light blue sky with green trees. At the bottom, there is a dark teal bar with the text 'Distanciamiento social significa mantener una distancia entre usted y los demás.' and the CDC logo and website URL.

Descarga el video  [MP4-3MB]

**ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS**  
(COVID-19)

Distanciamiento social significa...



 [cdc.gov/COVID19-es](https://cdc.gov/COVID19-es)

This graphic features a dark teal header with the text 'ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS (COVID-19)'. Below the header is a teal background with the text 'Distanciamiento social significa...'. In the center, there is an illustration of two people wearing face masks, with a white double-headed arrow between them. At the bottom, there is a dark teal bar with the CDC logo and website URL.

Descarga el video  [MP4-3MB]

## Mensaje de muestra para Instagram

Practica el distanciamiento social dejando espacio entre tú y los demás. Continúa practicando hábitos saludables para ayudar a desacelerar la propagación del #COVID19.

- Lávate las manos por al menos 20 segundos.
- Limpia y luego desinfecta las superficies usadas con frecuencia.
- Quédate en casa si estás enfermo
- Evita tocarte la cara.

Obtén más información sobre cómo mantenerte sano y seguro en [cdc.gov/coronavirus-es](https://www.cdc.gov/coronavirus-es) #CDC #SaludPública

### DETÉN LA PROPAGACIÓN DE LOS MICROBIOS

Ayuda a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como el COVID-19.

**Evita el contacto cercano con personas que están enfermas.**



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

COVID-19: 2019-nCoV

1080 x 1080





Descarga el video  [MP4-1.55MB]



Descarga el video  [MP4-3MB]

## Mensaje de Muestra para Twitter

Practica el distanciamiento social dejando espacio entre tú y los demás. Continúa practicando hábitos saludables, como lavarte las manos por al menos 20 segundos y quedarte en casa si estás enfermo, para ayudar a desacelerar la propagación del #COVID19. Obtén más información: [cdc.gov/coronavirus-es](https://www.cdc.gov/coronavirus-es)

**DETÉN LA PROPAGACIÓN DE LOS MICROBIOS**  
Ayuda a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como el COVID-19.

Evita el contacto cercano con personas que están enfermas.

**6 pies**



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

1200 x 675

**ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS**  
(COVID-19)



 Distanciamiento social significa mantener una distancia entre usted y los demás. [cdc.gov/COVID19-es](https://www.cdc.gov/COVID19-es)

Descarga el video  [MP4-1.50MB]

**ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS**  
(COVID-19)

Distanciamiento social significa...



 [cdc.gov/COVID19-es](https://www.cdc.gov/COVID19-es)

Descarga el video  [MP4-3MB]

## Detener la propagación

## Mensaje de muestra para Facebook

Hay mucho que se desconoce sobre cómo se propaga el coronavirus que causa el COVID-19. Creemos que se propaga mayormente de persona a persona a través de las gotitas respiratorias que se producen cuando alguien que está enfermo tose o estornuda.

Puedes ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias, como el COVID-19, si tomas unas simples precauciones diarias.

Infórmate sobre cómo protegerte del coronavirus que causa el COVID-19: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/prevention-treatment-sp.html>

**DETÉN LA PROPAGACIÓN DE LOS MICROBIOS**  
Ayuda a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como el COVID-19.

**Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos.**

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

1200 x 1200

**DETÉN LA PROPAGACIÓN DE LOS MICROBIOS**  
Ayuda a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como el COVID-19

- Evita el contacto cercano con las personas enfermas.
- Cubre la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar y luego tétele a la basura.
- Limpia y desinfecta los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.
- Quédate en casa si estás enfermo, excepto para buscar atención médica.
- Evita tocar los ojos, la nariz y la boca.
- Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos.

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

Descarga el video [MP4-17MB]



## Mensaje de muestra para Twitter

Toma simples precauciones cotidianas para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como el #COVID19. Infórmate sobre cómo protegerte del coronavirus que causa el COVID-19: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/prevention-treatment-sp.html>

**DETÉN LA PROPAGACIÓN DE LOS MICROBIOS**  
Ayuda a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como el COVID-19.

**Lávate frecuentemente las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos.**

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

1200 x 675

**DETÉN LA PROPAGACIÓN DE LOS MICROBIOS**  
Ayuda a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias como el COVID-19

- Evita el contacto cercano con las personas enfermas.
- Cubrete la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar y luego bórralo a la basura.
- Limpia y desinfecta los objetos y las superficies que se tocan frecuentemente.
- Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca.
- Quédate en casa si estás enfermo, quédalo para buscar atención médica.
- Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos.

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

Descarga el video  [MP4-22MB]

Cubierta de tela para la cara

## Mensajes de muestra para Facebook o Pinterest

Tu cubierta de tela para la cara debe:

- ✓ Cubrir arriba de la nariz, debajo de la barbilla y tapar completamente la boca y la nariz.
- ✓ Ajustarse bien a los lados de la cara.
- ✓ Hacerse con múltiples capas de tela a través de las cuales aún se pueda respirar.
- ✓ Poder lavarse y secarse en máquina sin que se dañe el material ni cambie su forma.

No compres mascarillas quirúrgicas para cubrirte la cara. Esas mascarillas son para los trabajadores de la salud y el personal de respuesta a emergencias. Puedes usar muchos materiales que ya tienes en casa para crear las cubiertas de tela.

Trata de crear la cubierta usando bandanas o pañuelos, máscaras de esquí, servilletas de tela o paños de cocina.

Infórmate más en <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover.html>

### ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS 2019 (COVID-19)



1080x1080



## Mensaje de muestra para Instagram

Tu cubierta de tela para la cara debe:

- ✓ Cubrir arriba de la nariz, debajo de la barbilla y tapar completamente la boca y la nariz.
- ✓ Ajustarse bien a los lados de la cara.
- ✓ Hacerse con múltiples capas de tela a través de las cuales se aún se pueda respirar.
- ✓ Poder lavarse y secarse en máquina sin que se dañe el material ni cambie su forma.

No compres mascarillas quirúrgicas para cubrirte la cara. Esas mascarillas son para los trabajadores de la salud y el personal de respuesta a emergencias. Puedes usar muchos materiales que ya tienes en casa para crear las cubiertas para la cara.

Trata de crear la cubierta para la cara usando bandanas o pañoletas, máscaras de esquí, servilletas de tela o trapos para la cocina.

Infórmate más en <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover.html>

### ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS 2019 (COVID-19)



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

1080x1080



## Mensaje de muestra para Twitter

Actúa para desacelerar la propagación del #COVID19: usa una cubierta de tela para la cara en lugares públicos, mantén al menos 6 pies de distancia de los demás y lávate las manos seguido.

Haz la cubierta con una camiseta, pañoleta o servilleta de tela. Más: <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cloth-face-cover.html>



## Cubierta de tela para la cara: Qué hacer y qué no hacer

### Mensaje de muestra para Facebook

Usar una cubierta de tela para la cara **CORRECTAMENTE** puede ayudar a prevenir la propagación del COVID-19 a los demás. Recuerda que los niños menores de 2 años no deben usar una cubierta para la cara. Visita <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>


**Qué hacer y qué no hacer con las cubiertas para la cara:**

**SÍ:**

- ✓ Asegúrate de que puedas respirar con ella
- ✓ Úsala siempre que salgas a lugares públicos
- ✓ Asegúrate de que te cubra la nariz y la boca
- ✓ Lávala después de usarla

**NO:**

- ✗ La uses en niños menores de 2 años
- ✗ Uses mascarillas quirúrgicas u otro equipo de protección personal que sea para trabajadores de la salud



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

1080x1080



### Mensaje de muestra para Twitter

Usar una cubierta de tela para la cara CORRECTAMENTE puede ayudar a prevenir la propagación del #COVID19. Si sales por algo esencial. Recuerda que los niños menores de 2 años no deben usar una cubierta para la cara. Visita <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/diy-cloth-face-coverings.html>

**Qué hacer y qué no hacer con las cubiertas para la cara:**

**SÍ:**

- ✓ Asegúrate de que puedas respirar con ella
- ✓ Úsala siempre que salgas a lugares públicos
- ✓ Asegúrate de que te cubra la nariz y la boca
- ✓ Lávala después de usarla

**NO:**

- ✗ La uses en niños menores de 2 años
- ✗ Uses mascarillas quirúrgicas u otro equipo de protección personal que sea para trabajadores de la salud



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

1200x675



## Mensaje de muestra para Instagram

Usar una cubierta de tela para la cara CORRECTAMENTE puede ayudar a prevenir la propagación del COVID-19 a los demás. Recuerda que los niños menores de 2 años no deben usar una cubierta para la cara.

Para obtener información sobre el #COVID19 y las cubiertas para la cara, visita [cdc.gov/coronavirus-es](https://www.cdc.gov/coronavirus-es)

#coronavirus #mascarilla #CDC #SaludPública

**Qué hacer y qué no hacer con las cubiertas para la cara:**

**SÍ:**

- ✓ Asegúrate de que puedas respirar con ella
- ✓ Úsala siempre que salgas a lugares públicos
- ✓ Asegúrate de que te cubra la nariz y la boca
- ✓ Lávala después de usarla

**NO:**

- ✗ La uses en niños menores de 2 años
- ✗ Uses mascarillas quirúrgicas u otro equipo de protección personal que sea para trabajadores de la salud

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

1080x1080



## Qué hacer si estas enfermo

## Mensaje de muestra para Facebook

¿Crees que podrías tener el COVID-19? Si crees que estás enfermo, sigue las indicaciones de cuándo llamar a tu médico:

- Vigila tus síntomas.
- Llama antes de ir al médico.
- Evita el contacto cercano con las otras personas cuando salgas.

La mayoría de las personas que contraen el COVID-19 pueden cuidarse por su cuenta en casa. Si necesitas ver a un médico, toma precauciones para protegerte y proteger a los que estén a tu alrededor. Lee más: <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html>



Descarga el video  [MP4 - 6MB]

## Mensaje de muestra para Twitter

¿Crees que podrías tener el #COVID19? La mayoría de las personas que se enferman pueden cuidarse por su cuenta en casa. Si tienes que ver a un médico, llama antes de ir al consultorio. Toma precauciones para protegerte y proteger a los demás. Lee más: <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html>



Descarga el video  [MP4 - 6MB]

## Información sobre pruebas del COVID-19

### Mensaje de muestra para Facebook

Si tienes síntomas del COVID-19 (fiebre, tos, dificultad para respirar) y quieres hacerte la prueba, llama primero a tu médico. También, consulta al departamento de salud estatal o local para obtener la información más reciente sobre las pruebas. Aunque hay más suministros de pruebas, todavía podría ser difícil encontrar un lugar donde hacértela. Infórmate más en:

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/testing.html>

### ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS 2019 (COVID-19)



1080 x 1080



### Mensaje de muestra para Twitter

Si tienes síntomas del COVID-19 y quieres hacerte la prueba, llama primero a tu médico. También, consulta al departamento de salud estatal o local para obtener la información más reciente sobre las pruebas. Infórmate más en:

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/testing.html>





## Proteger a las personas mayores

### Mensaje de muestra para Facebook

Los adultos mayores tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente por el COVID-19. Si tú, o alguien a quien cuidas, tiene un mayor riesgo de enfermarse gravemente, debes:

- Quedarte en casa si es posible
- Mantenerte alejado de quienes estén enfermos
- Limitar el contacto cercano con otras personas
- Lavarte las manos a menudo

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-at-higher-risk.html>

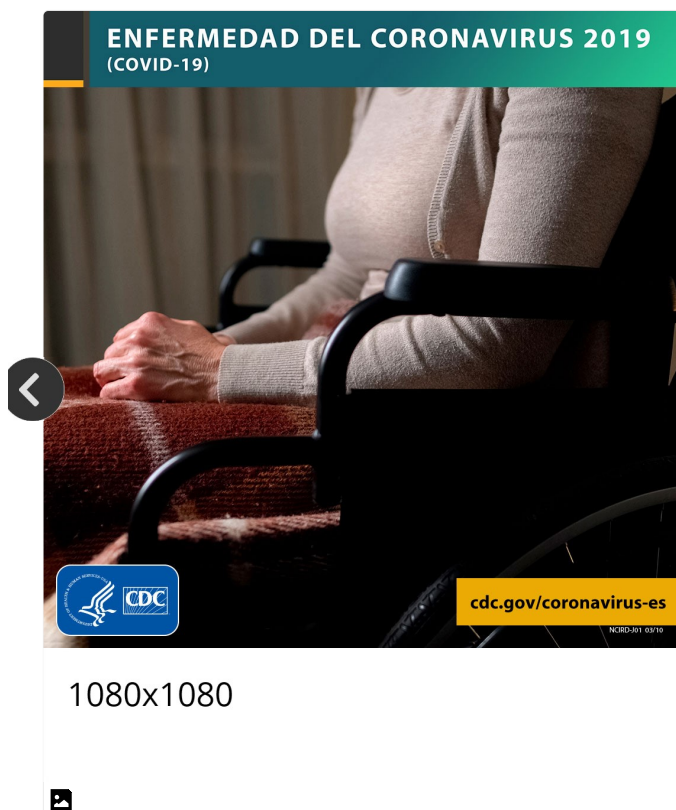


## Mensaje de muestra para Instagram

¿Sabías que los adultos mayores y las personas con graves afecciones subyacentes, como enfermedad pulmonar crónica, afecciones cardíacas graves y diabetes tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente por el COVID-19? Si tu madre, padre u otro familiar son adultos mayores, o tienen una afección subyacente grave, deben saber qué hacer para estar preparados:

- Quedarse en casa si es posible
- Evitar el contacto cercano con personas que estén enfermas
- Tomar medidas preventivas cotidianas: lavarse las manos a menudo, y evitar tocarse la cara, la nariz y los ojos
- Tener medicamentos de venta libre, suministros médicos (como pañuelos desechables) y surtidos adicionales de medicamentos recetados necesarios
- Tener suministros adicionales de artículos del hogar y alimentos disponibles
- Planear lo que hará en caso de enfermarse
- Limpiar y desinfectar de manera rutinaria superficies y objetos que se tocan con frecuencia
- Consultar a su proveedor de atención médica si tiene síntomas de COVID-19

Obtén más información en [cdc.gov/coronavirus-es](https://www.cdc.gov/coronavirus-es)



## Mensaje de muestra para Twitter

Los adultos mayores y personas con afecciones subyacentes graves como enfermedad pulmonar crónica o afecciones cardíacas graves tienen mayor riesgo de enfermarse gravemente por el #COVID19. Averigua cómo apoyar a adultos mayores de tu familia y comunidad. <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-at-higher-risk.html>



## Estrés

### Mensaje de muestra para Facebook

Cada persona reacciona de manera diferente ante situaciones estresantes como el COVID-19. Podrías sentirte ansioso, enojado, triste o abrumado. Encuentra maneras en que tú y tu familia pueden reducir el estrés.

- Infórmate sobre los signos comunes del estrés.
- Busca tiempo para relajarte y hacer actividades que disfrutes.
- Habla con familiares y amigos por teléfono, mensajes de texto o correo electrónico.
- Si tú o un ser querido se sienten abrumados, obtén apoyo las 24 horas del día, los 7 días de la semana llamando al 1-800-985-5990 o envía un mensaje de texto que diga Háblanos al 66746.

Infórmate más sobre el estrés y cómo sobrellevar la situación durante el brote de COVID-19:  
<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/managing-stress-anxiety.html>

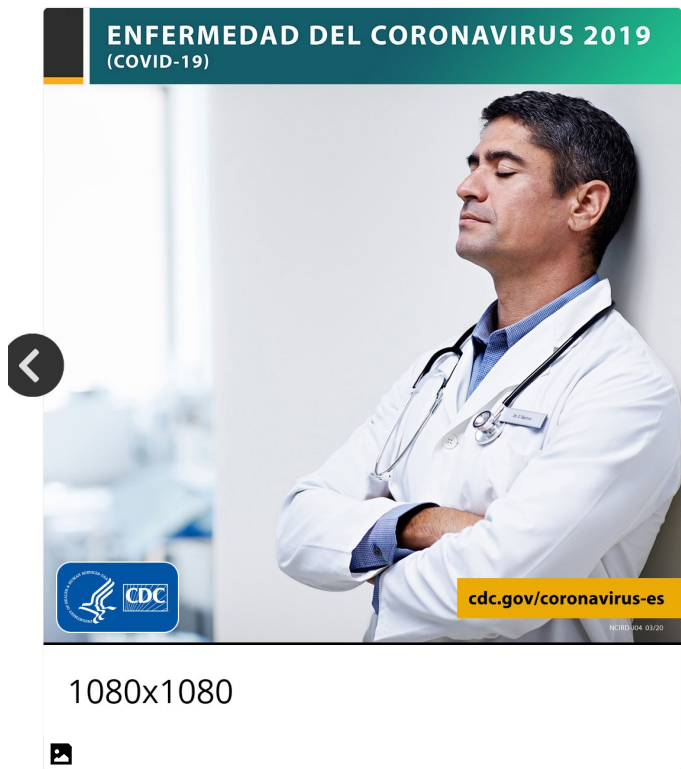


## Mensaje de muestra para Instagram

Cada persona reacciona de manera diferente ante situaciones estresantes como el COVID-19. Podrías sentirte ansioso, enojado, triste o abrumado. Encuentra maneras en que tú y tu familia pueden reducir el estrés.

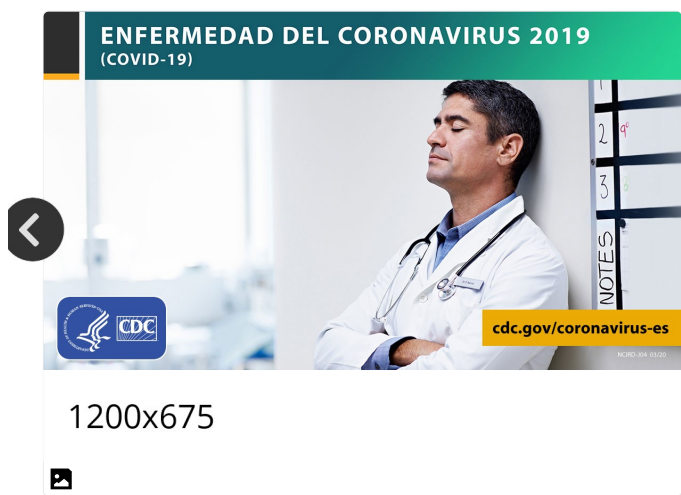
- Infórmate sobre los signos comunes del estrés.
- Busca tiempo para relajarte y hacer actividades que disfrutes.
- Habla con familiares y amigos por teléfono, mensajes de texto o correo electrónico.
- Si tú o un ser querido se sienten abrumados, obtén apoyo las 24 horas del día, los 7 días de la semana llamando al 1-800-985-5990 o envía un mensaje de texto que diga Háblanos al 66746.

Infórmate más sobre el estrés y cómo sobrellevar la situación durante el brote de COVID-19:  
<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/managing-stress-anxiety.html>



### Mensaje de muestra para Twitter

¿Está preocupado tu hijo por el #COVID19? Infórmate para poder contestar las preguntas de tus hijos. Explícales qué cosas simples pueden hacer, como lavarse las manos a menudo. Infórmate más aquí: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/managing-stress-anxiety.html>



### Consejos para los padres

## Mensaje de muestra para Facebook

Padres: Los cambios repentinos en la rutina, así como estar todo el tiempo en la casa, pueden ser difíciles para los niños.

Los signos de estrés incluyen:

- Preocupación o tristeza excesivos
- Hábitos para dormir o comer no saludables
- Dificultades con la atención y la concentración

Obtengan consejos para hablar con sus hijos sobre el coronavirus: <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/talking-with-children.html>

**ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS 2019**  
 (COVID-19)



1200 x 675

## Mensaje de muestra para Twitter

¿Está preocupado tu hijo por el #COVID19? Infórmate para poder contestar las preguntas de tus hijos. Explícales qué cosas simples pueden hacer, como lavarse las manos a menudo. Infórmate más aquí: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/talking-with-children.html>

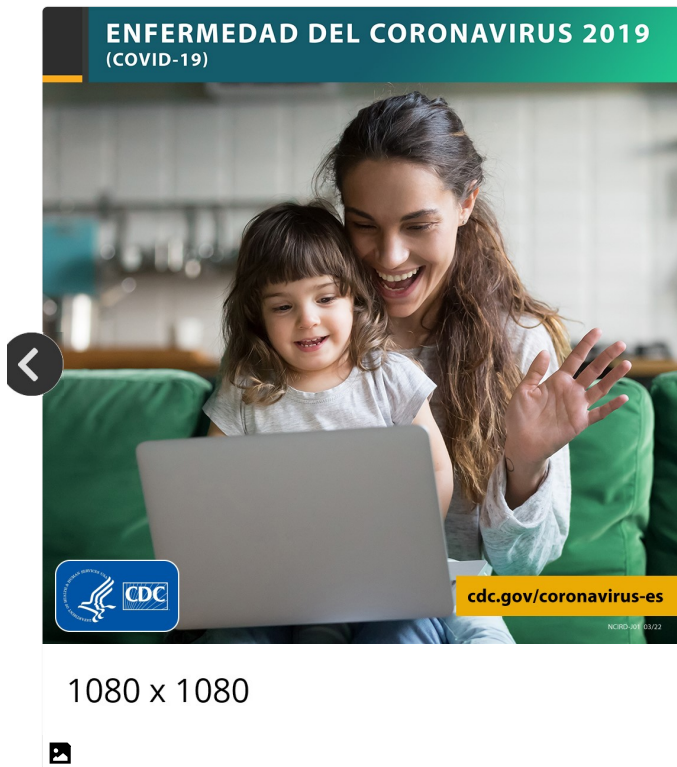
**ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS 2019**  
 (COVID-19)



1200 x 675

## Mensaje de muestra para Facebook

Padres: Mantengan a sus niños y familiares sanos durante el brote de COVID-19: pospongan las visitas en persona a los abuelos, y otros familiares y amigos. Usen formas creativas para que ustedes y sus niños se conecten con ellos por teléfono, video chat o escribiendo cartas. Más consejos en <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/children.html>



## Mensaje de muestra para Twitter

#Padres: Mantengan a los niños y a otros sanos durante el brote de #COVID19: pospongan las visitas a los abuelos y otros familiares de mayor edad. Usen formas creativas para conectarse con ellos como por teléfono, video chat o escribiendo cartas. <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/children.html>



## Hacer pedidos de comida

### Mensaje de muestra para Facebook

¿Cómo desacelerar la propagación del COVID-19 al recoger un pedido de comida?

- Ordena y paga en línea o por teléfono si es posible.
- Recibe el pedido sin tener contacto con otra persona o mantente al menos a 6 pies de los demás.
- Lávate las manos con agua y jabón o usa un limpiador de manos con al menos 60 % de alcohol después de traer la comida a casa.

Infórmate más sobre las salidas esenciales en estos momentos: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/essential-goods-services.html>





## Mensaje de muestra para Twitter

¿Cómo ayudar a desacelerar la propagación del #COVID19 al hacer pedidos de comida? Ordena y paga en línea o por teléfono, recibe el pedido sin tener contacto con otros, mantente a 6 pies de los demás y lávate las manos con agua y jabón después de traer el pedido a casa: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/essential-goods-services.html>



## Protégete cuando pongas gasolina

### Mensaje de muestra para Facebook

Protégete del COVID-19 mientras pones gasolina:

- Limpia con toallitas desinfectantes, si tienes, las manijas y los botones de la bomba de gasolina antes de tocarlos.
- Después de poner gasolina y pagar, usa un limpiador de manos con al menos 60 % de alcohol.
- Cuando llegues a tu destino, lávate las manos por al menos 20 segundos con agua y jabón.

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/essential-goods-services.html>



1200 x 675



### Mensaje de muestra para Twitter

Protégete del #COVID19 cuando pongas gasolina. Limpia con toallitas desinfectantes las manijas y botones de la bomba de gas antes de tocarlos. Después de poner la gasolina y pagar, lávate las manos o usa un limpiador con >60 % de alcohol. Más consejos en: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/essential-goods-services.html><https://bit.ly/34LI844>



## Viaje en automóvil, autobús o tren

### Mensaje de muestra para Facebook

Si tienes que viajar, toma estas medidas para protegerte a ti y a los demás del COVID-19 durante tu viaje:

- Lávate las manos a menudo.
- Evita el contacto cercano con los demás.
- Usa una cubierta de tela para la cara cuando estés en sitios públicos.
- Cúbrete la nariz y la boca al toser y estornudar.
- Recoge la comida por ventanilla o desde el auto. No comas adentro del establecimiento.

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-in-the-us.html>

**PREVÉN EL COVID-19 DURANTE LOS VIAJES**

**Si viajas,  
toma estas  
medidas:**



**Lávate las manos  
con agua y jabón**



**Mantente alejado de los  
demás y usa una cubierta  
de tela para la cara**



**O usa un desinfectante  
de manos**



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

MES-316872-C316158D-05/04/2020

1080 x 1080

Mensaje de muestra para Twitter

Si tienes que viajar, sigue estas medidas para protegerte a ti y a los demás del #COVID19 durante tu viaje. <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-in-the-us.html>

**PREVÉN EL COVID-19 DURANTE LOS VIAJES**

**Si viajas, toma estas medidas:**



**Mantente alejado de los  
demás y usa una cubierta  
de tela para la cara**



**Lávate las manos  
con agua y jabón**



**O usa un desinfectante  
de manos**



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

MES-316872-C316158D-05/04/2020

1200 x 675

**Guía interina: Prácticas de seguridad para trabajadores esenciales**

## Mensaje de muestra para LinkedIn

Lugares de trabajo que llevan a cabo funciones esenciales: Usar prácticas de seguridad para proteger a los trabajadores del sector de infraestructura crítica y a sus comunidades. Cuando los trabajadores regresen a su labor después de una exposición potencial al COVID-19, implementar estas prácticas antes y durante su turno laboral:

- Hacer una evaluación previa
- Monitorear regularmente
- Dar o aprobar cubiertas para la cara personales
- Mantener la distancia social
- Desinfectar y limpiar los lugares de trabajo

Vea las nuevas directrices para los empleadores:  
<https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/community/critical-workers/implementing-safety-practices.html>

### ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS 2019 (COVID-19)



1200x627

## Mensaje de muestra para Twitter

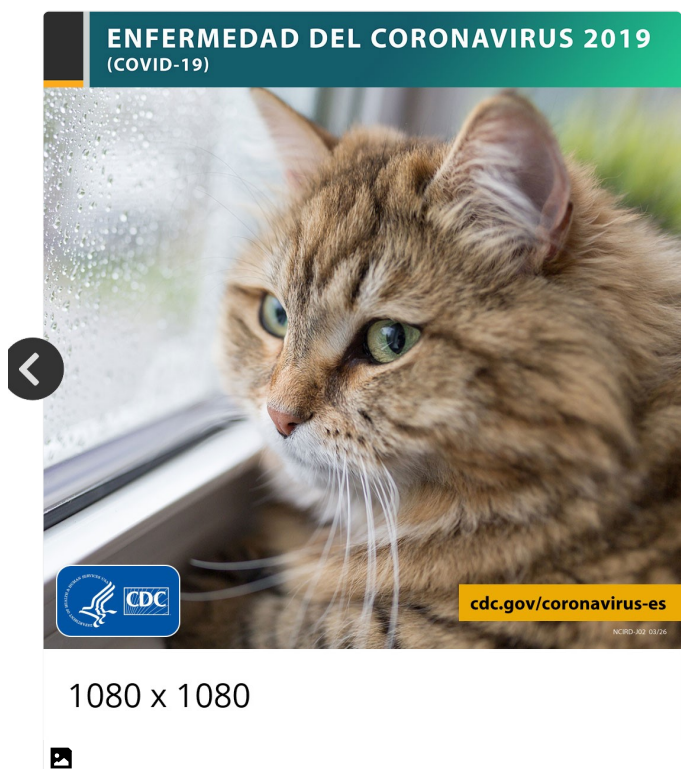
Empleadores: Los CDC recomiendan más precauciones en lugares donde se realizan funciones críticas para proteger a trabajadores y comunidades del #COVID19, que incluyen evaluación previa, monitoreo regular, uso de mascarilla, distancia social y desinfección. <https://espanol.cdc.gov/enes/coronavirus/2019-ncov/community/critical-workers/implementing-safety-practices.html>



## El COVID-19 y los animales

### Mensaje de muestra para Facebook

Todavía estamos aprendiendo cómo el COVID-19 afecta a los animales, pero parece que a veces las personas pueden transmitir el virus a los animales. Hasta que sepamos más, limita el contacto con las mascotas si estás enfermo o te sientes enfermo. Más información: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/animals.html>



## Mensaje de muestra para Twitter

No se sabe aún cómo el #COVID19 afecta a los animales, pero parece que a veces las personas podrían transmitirles el virus. Limita el contacto con ellos si estás o te sientes enfermo. Más información: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/animals.html>.



## Autoverificador del Coronavirus

### Mensaje de muestra para Twitter

Todos podemos ayudar a prevenir la propagación del #COVID19. Clara, el Autoverificador del Coronavirus, te puede ayudar a decidir cuándo llamar al médico si te sientes enfermo. Empieza a usar Clara aquí: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>



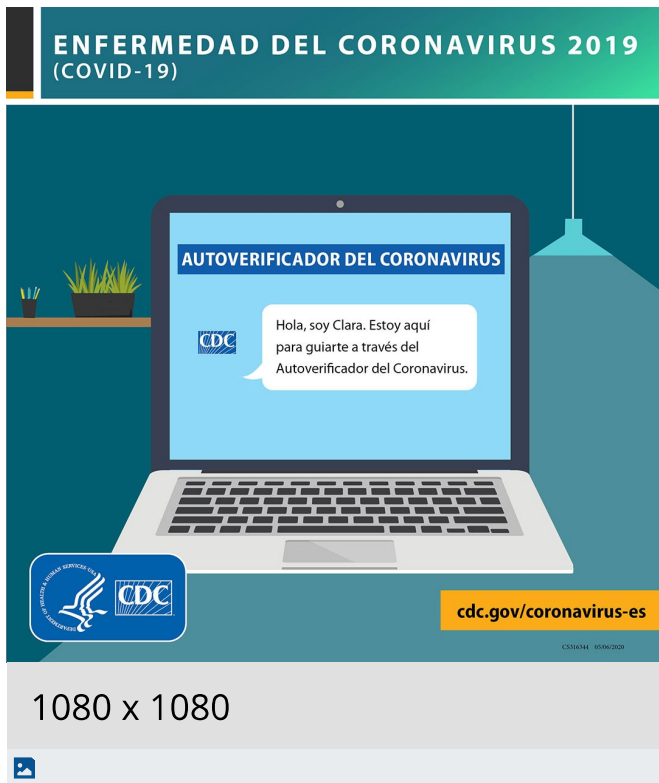
## Mensaje de muestra para Instagram

Si tú o alguien a quien cuidas está enfermo, usa el Autoverificador del Coronavirus, o autoverificador de los CDC Clara, para que te ayude a decidir qué hacer. Solo responde unas preguntas simples. Según tus respuestas, Clara recomendará medidas que puedes tomar para que tú y los demás se mantengan seguros. Visita: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>

The image shows a sample Instagram post. At the top, a green banner reads "ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS 2019 (COVID-19)". Below this is a photograph of a laptop on a desk. The laptop screen displays the "AUTOVERIFICADOR DEL CORONAVIRUS" interface. A speech bubble from the CDC logo says: "Hola, soy Clara. Estoy aquí para guiarte a través del Autoverificador del Coronavirus." In the bottom left corner of the image is the CDC logo, and in the bottom right is the URL "cdc.gov/coronavirus-es". Below the photograph, the dimensions "1080 x 1080" are listed. A small profile picture icon is visible in the bottom left corner of the post area.

## Mensaje de muestra para Facebook

Todos podemos ayudar a prevenir la propagación del COVID-19. El Autoverificador del Coronavirus, también conocido como Clara, te puede ayudar a decidir cuándo llamar al médico si te sientes enfermo. Prueba el Autoverificador del Coronavirus aquí: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>



## Imágenes adicionales



Esta página fue revisada el: 20 de mayo de 2020