

COMO CUIDAR A SU BEBÉ SI USTED TIENE COVID-19

SIGA LAS SIGUENTES RECOMENDACIONES:

- Quédese en casa.
- Manténgase aislado de otros miembros del hogar.
- Pida a un familiar o persona de confianza que no esté enferma que cuide a su bebé.
- NO poner cubrebocas al bebé.

SI USTED CUENTA CON AYUDA

- Lávese las manos con agua y jabón por 20 segundos o use gel antibacterial para manos a base de alcohol con frecuencia.
- Utilice cubrebocas en áreas comunes del hogar.
- Manténgase a 2 metros de distancia de su bebé tanto como le sea posible.
- Extraiga la leche de pecho para que la persona de confianza se la dé al bebé en un biberón.
- Esterilice el biberón y las piezas del extractor de leche después de cada uso.



SI USTED NO CUENTA CON AYUDA

- Lávese las manos con agua y jabón por 20 segundos o use gel antibacterial a base de alcohol antes y después de tocar al bebé.
- Utilice cubrebocas cuando atienda al bebé.
- Esterilice el biberón después de cada uso.
- Limpie y desinfecte las superficies regularmente.



¿CUANDO ES SEGURO TERMINAR SU AISLAMIENTO?

- 10 días después de la fecha de su primera prueba positiva de COVID-19.
- Después de que otros síntomas de COVID-19 hayan desaparecido.

**SI USTED SE ENFERMA DE COVID-19,
TIENE QUE RECUPERARSE ANTES DE PODER VACUNARSE.**

Puede continuar amamantado después de recibir la primera o segunda vacuna contra el COVID-19.

¿Es usted un trabajador agrícola en los Estados Unidos y quiere saber dónde puede vacunarse?

Hable con su proveedor de servicios de salud o llame a la línea Una Voz Para la Salud.

Este programa también puede conectarle con servicios de salud para toda la familia:

1-800-377-9968 o envíenos un mensaje por Whatsapp: **(737) 414-5121** 

El Centro Nacional para la Salud del Trabajador Agrícola
www.ncfh.org

Este programa está apoyado por los Centros de Prevención y Control de Enfermedades (CDC) del Departamento de Salud y Servicios Humanos (HHS) como parte de una beca de \$7,772,207 con 100% dado por CDC/HHS. Los contenidos son de los autores y no necesariamente representan las opiniones oficiales ni un respaldo del CDC/HHS o el gobierno de los E.E.U.U.