

## Cómo participar de manera segura

Puede mantenerse saludable y seguro del COVID-19 cuando se reúne con sus seres queridos y participa en actividades. Tome precauciones para protegerse usted y a los demás. Tenga un plan en caso de que se enferme del COVID-19. Ahora hay tratamientos para el COVID-19. Considere estos consejos.

### Reciba tratamiento si se enferma del COVID-19



- El tratamiento es altamente recomendado para las personas mayores.
- El tratamiento hace que sea menos probable que necesite hospitalización o que muera del COVID, y puede evitar los síntomas de COVID de largo plazo.
- No espere. Comuníquese con su médico tan pronto como tenga síntomas y pida el tratamiento del COVID.
- Consulte el sitio web del Departamento de Salud Pública de San Francisco haciendo clic o escribiendo: [bit.ly/SFDPHTreatCOVID](https://bit.ly/SFDPHTreatCOVID)

### Hágase la prueba del COVID-19



- Hágase la prueba cada vez que se sienta enfermo o tenga exposición al virus. Quédese en su casa y comuníquese con su médico si recibe un resultado positivo.
- Consulte el sitio web del Departamento de Salud Pública de San Francisco haciendo clic o escribiendo: [bit.ly/SFDPHTestCOVID](https://bit.ly/SFDPHTestCOVID)

### Vacúnese y reciba la dosis de refuerzo contra el COVID



- Las vacunas contra el COVID-19 hacen que sea menos probable que necesite hospitalización o que muera del COVID.
- Puede recibir el refuerzo contra el COVID junto con otras vacunas como la de la gripe o la de la neumonía.
- Consulte el sitio web de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) haciendo clic o escribiendo: [bit.ly/CDCVaccineCOVID](https://bit.ly/CDCVaccineCOVID)

### Manténgase al tanto de aumentos en casos del COVID-19 en su comunidad



- Escuche las noticias, líderes de su comunidad, y proveedores de atención médica para estar al tanto de los aumentos en los casos del COVID-19 y las recomendaciones.
- Consulte el sitio web del Departamento de Salud Pública de San Francisco haciendo clic o escribiendo: [bit.ly/SFDPHCovidData](https://bit.ly/SFDPHCovidData)

### Use una mascarilla (cubre bocas) según sea necesario



- La mascarilla protege de la infección, en particular, en espacios cerrados o con mucha gente.
- Las mascarillas N95, KN95, KF94, cuando bien ajustadas, son las más efectivas.
- Consulte el sitio web del Departamento de Salud Pública de San Francisco haciendo clic o escribiendo: [bit.ly/SFDPHCovidMask](https://bit.ly/SFDPHCovidMask)