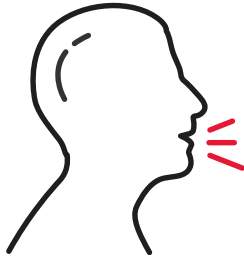


Usar una cubierta de tela para la cara ayuda frenar la propagación de COVID-19.

Using a cloth face mask helps prevent the spread of COVID-19.



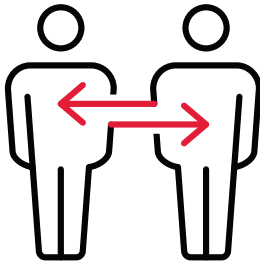
Hablar, toser o estornudar produce gotitas de agua en el aire que aumentan la posibilidad de que el virus entre en el cuerpo de otra persona y continúe propagando el virus.

Speaking, coughing, or sneezing produce water droplets in the air, increasing the chances that the virus will spread to another person.



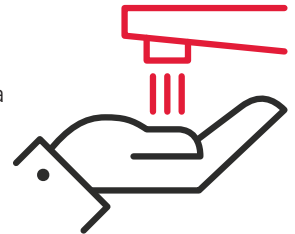
Necesitamos usar cubierta de tela porque las personas que pueden ser portadoras del virus y no presentan síntomas pueden transmitir y propagar el virus sin saberlo.

We need to wear face masks because people that might be carrying the virus and are not presenting symptoms can spread the virus without knowing.



El uso de cubiertas de tela para la cara NO ofrece protección total. Debe ir acompañada de las práctica del distanciamiento social y del lavado frecuente de las manos con jabón y agua o con desinfectante de manos.

The use of cloth face masks does NOT give total protection. It must be accompanied with social distancing and frequent hand washing with soap and water or using hand sanitizer.



Asegúrese de usar la cubierta de tela para la cara de la manera correcta.

Make sure to use cloth face masks the correct way.

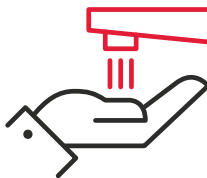
La cubierta de tela para la cara debe quedar bien ajustada sobre la nariz, boca y barbilla.

Cloth face masks should be snug over the nose, mouth and chin.



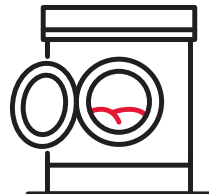
Cuando se quite la cubierta de tela para la cara NO toque la parte interior de la cubierta. NO se toque los ojos, la nariz o la boca.

When removing the cloth face mask do NOT touch the inside of the mask. Do NOT touch your eyes, nose and mouth.



Lávese las manos inmediatamente después de quitarse la cubierta de tela para la cara.

Wash your hands right away after removing the mask.

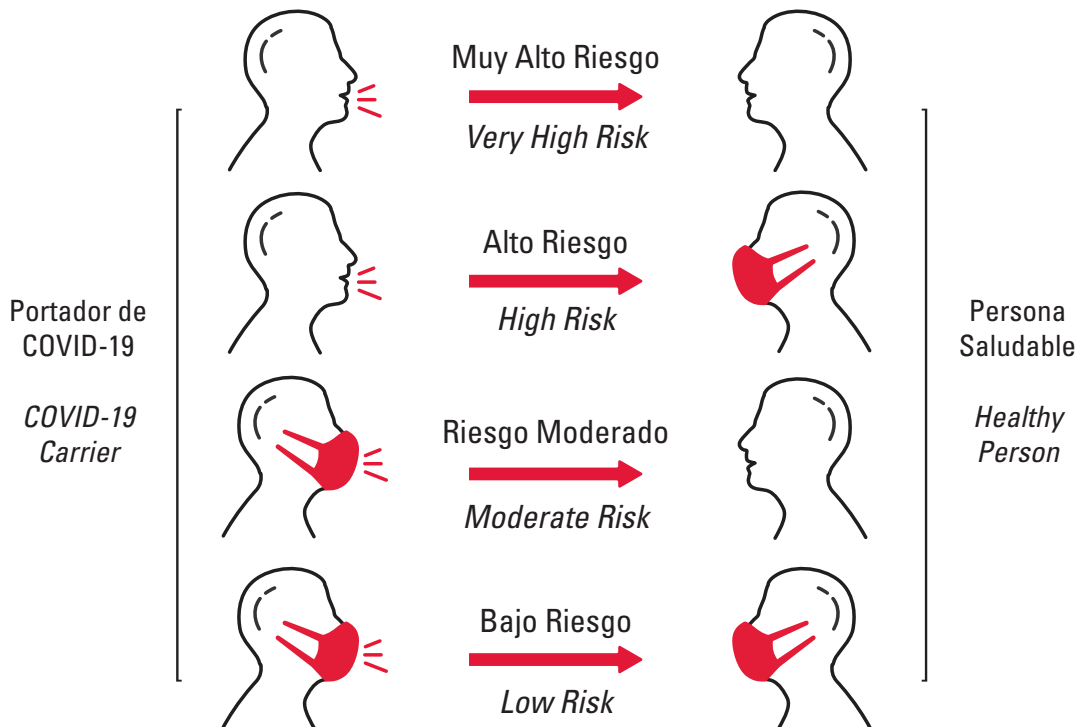


Las cubiertas de tela para la cara deben lavarse regularmente con agua caliente.

Cloth face masks should be washed regularly with hot water.

Siempre use una cubierta de tela para cara en lugares públicos
o cuando esté cerca de otras personas.

Always wear cloth face masks in public places or around others.





**¡Al cuidarse usted, también está cuidando
a su familia y a su comunidad!**

*By taking care of yourself, you are also taking
care of your family and your community!*

NC STATE

EXTENSION

Para más información:

**[go.ncsu.edu/
trabajadoragricola](https://go.ncsu.edu/trabajadoragricola)**

For more information:

**[go.ncsu.edu/
farmworkers](https://go.ncsu.edu/farmworkers)**