

PRODUCED BY  
 CILD

Agradecemos a **Médicos sin Fronteras**  
y a **Co.N.O.S.C.I.** por su colaboración

Traducción de **Flaminia Delle Cese**

**CILD - ITALIAN COALITION FOR CIVIL LIBERTIES AND RIGHTS**  
via Monti di Pietralata, 16 - 00157 Rome - [cild.eu](http://cild.eu) - [info@cild.eu](mailto:info@cild.eu)



## **Covid-19: QUÉ HACER**

Qué hacer si estás en prisión  
para defenderte a ti mismo y a los demás del Covid

 CILD

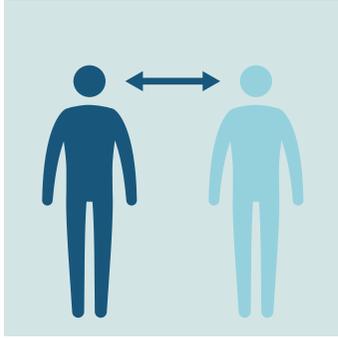


Agradecemos a **Médicos sin Fronteras**  
y a **Co.N.O.S.C.I.** por su colaboración



### YO TE PROTEJO, TÚ ME PROTEGES

Siempre usa la mascarilla que tengas a tu disposición cuando estés fuera de la celda.



### LA DISTANCIA FÍSICA ES IMPORTANTE

No es necesaria sólo si compartes la celda con las mismas personas y si llegan nuevas personas que hayan hecho cuarentena, el test u otros controles médicos



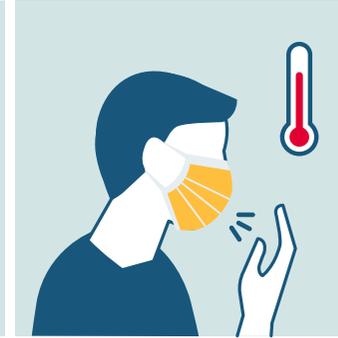
### LÁVATE LAS MANOS MÁS FRECUENTEMENTE CON AGUA Y JABÓN O DESINFECTANTE

Solicita estos productos en la prisión si no los tienes. No te toques la cara con las manos no desinfectadas. Mantén siempre limpios los espacios en los que vives y los que compartes con otros



### EVITA EL INTERCAMBIO DE OBJETOS PERSONALES

con las personas con las que compartes la celda (cepillo de dientes, maquinilla de afeitado, ropa, toallas, maquillaje, cigarrillos, vasos, etc.)



### TEN CUIDADO CUANDO CREAS TENER FIEBRE o cuando tienes tos seca, pérdida de gusto u olfato, o tienes dolores de cabeza o dolor de huesos



### ¿QUÉ HACER EN ESTOS CASOS? PIDE QUE TE ACOMPAÑEN A UN MÉDICO

Siempre usa la mascarilla y mantén siempre que sea posible la mayor distancia física del resto de compañeros, ¡estás cuidando de ellos!