

STOP THE SPREAD OF COVID-19

Mexico and the United States both have widespread COVID-19. Cross the border only for essential reasons. Do not cross the border when sick.



Keep distance and wear a cloth face cover.



Watch your health.

COVID-19 can spread from people with no symptoms.

- Wash hands often or use hand sanitizer.
- Follow local guidance on both sides of the border.
- Avoid social gatherings.

IF YOU GET SICK, call ahead before seeing a doctor.

For more information: www.cdc.gov/coronavirus



DETENGA LA PROPAGACIÓN DEL COVID-19

Tanto en México como en los Estados Unidos hay propagación generalizada del COVID-19. Cruce la frontera solo por razones esenciales. No cruce la frontera si está enfermo.



Mantenga distancia y use una cubierta de tela para la cara.



Vigile su salud.

El COVID-19 puede ser propagado por personas que no tienen síntomas.

- Lávese las manos con frecuencia o use un desinfectante de manos.
- Siga los consejos de ambos lados de la frontera.
- Evite reuniones sociales.

SI SE ENFERMA, llame antes de ir al consultorio médico.

Obtenga más información en: www.cdc.gov/coronavirus-es

