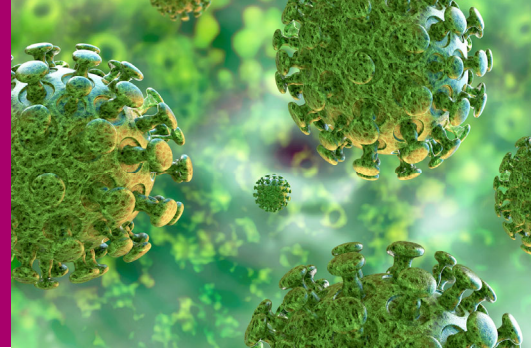


COVID-19

(Enfermedad por coronavirus 2019)



COVID-19 (Enfermedad por coronavirus 2019) es una enfermedad respiratoria que se puede transmitir de persona a persona. El virus que causa COVID-19 es una nueva forma de coronavirus que se descubrió por primera vez en personas en diciembre de 2019. Tiene el potencial de causar enfermedades graves en algunas personas.



¿Cómo se propaga?

- ▶ Las personas con COVID-19 pueden contagiar a otros fácilmente. El virus se encuentra en las gotitas que salen de la garganta o nariz. Cuando alguien tose, estornuda, canta o incluso grita, otras personas que están cerca pueden respirar esas gotitas.
- ▶ El virus también se puede propagar cuando alguien toca un objeto que contiene el virus. Si esa persona usa sus manos para tocarse la cara, la boca o los ojos, el virus puede enfermarla.

Cuáles son los signos y los síntomas*?



- ▶ Tos (nueva o una tos crónica que empeora)
- ▶ Dificultad para respirar
- ▶ Fiebre
- ▶ Escalofríos
- ▶ Dolor de garganta
- ▶ Secresión nasal
- ▶ Dolor muscular
- ▶ Dolor de cabeza
- ▶ Síntoma nuevo de pérdida de sabor u olor

**Algunas personas también pueden experimentar fatiga o tener síntomas gastrointestinales como náuseas, vómitos, diarrea o dolor abdominal.*

NOTA: No todos los que tienen COVID-19 tienen todos estos síntomas y algunas personas no tienen ningún síntoma. Usted puede contagiar el virus a otras personas incluso si tiene síntomas leves o no tiene síntomas.



¿Qué debo hacer si tengo síntomas de COVID-19?

- ▶ Contacte a su médico y pida que le hagan una prueba.
- ▶ Quédese en casa y aíslese de las personas y animales en su casa.
- ▶ Complete una evaluación de salud en línea ([online health screening assessment](#)), y un profesional de la salud autorizado se pondrá en contacto con usted.
- ▶ Vea si hay un [community testing site](#) disponible cerca de usted.

Consulte la página 2 para más información





¿Qué debo hacer si estuve expuesto a una persona con COVID-19?

- ▶ Pueden pasar hasta 14 días de haber estado expuesto a alguien con COVID-19 para comenzar a tener síntomas. Deberá quedarse en su hogar durante 14 días después de su último contacto cercano con alguien con COVID-19 y debe estar atento a la aparición de síntomas.
- ▶ Hágase una prueba. Aunque la prueba dé negativo, debe completar los 14 días.
- ▶ Reduzca el contacto con otras personas y [animales](#) en su hogar.
- ▶ Use una mascarilla o un protector facial si tiene que estar cerca de otras personas.
- ▶ Esté atento a los síntomas

¿Cómo puede prevenirse?



Evite el contacto cercano con los demás y practicar el distanciamiento físico.

- ▶ Quédese en su hogar tanto como sea posible, excepto por viajes esenciales. Cancele eventos y evite grupos, reuniones, citas de juegos y citas no esenciales.
- ▶ Evite las reuniones de 10 o más personas.
- ▶ Manténgase al menos a 6 pies de distancia de otras personas, cuando sea posible.

Practique una buena higiene manos.

- ▶ Lávese las manos regularmente durante al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante de manos a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol.
- ▶ Evite tocarse la cara, los ojos y la boca cuando esté en público.
- ▶ No tosa ni estornude en las manos. Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo descartable o con la parte interna del codo.

Si empieza a sentirse enfermo:

- ▶ Limpie diariamente las superficies y objetos que se tocan con frecuencia (por ejemplo, mesas, mostradores, interruptores de luz, pomos de puertas y manijas de gabinetes). Consulte la página web para las recomendaciones de los CDC para la limpieza y desinfección de la casa ([CDC's recommendations for household cleaning and disinfection webpage](#)).
- ▶ Use y siga las instrucciones de los productos de limpieza para usar en el hogar. Use guantes para limpiar y desinfectar. Quítese los guantes con cuidado, deséchelos después de limpiar y lávese las manos de inmediato.

