

COVID-19

(Enfermedad del coronavirus 2019)

¿Qué es COVID-19?

El COVID-19, también conocido como enfermedad del coronavirus 2019, es un virus nuevo que causa fiebre, tos y dificultad para respirar. Todavía estamos aprendiendo acerca de este virus, pero los investigadores piensan que es muy similar al SARS o al SROM. El virus fue reportado originalmente en la ciudad de Wuhan, China. En este momento, cerca del 99% de todos los casos de la enfermedad reportados han ocurrido en China. Sin embargo, el COVID-19 ha sido confirmado en personas en más de 40 países, incluyendo los Estados Unidos.

Hay muchos tipos diferentes de coronavirus que se sabe causan enfermedad en las personas. Aunque se pensaba que los primeros casos de enfermedad por COVID-19 estaban relacionados con el contacto con animales infectados, este virus puede transmitirse de persona a persona a través de las gotitas respiratorias de una persona enferma que tose o estornuda. Mientras que la mayoría de las personas infectadas con COVID-19 parecen enfermar levemente, el virus puede causar una enfermedad grave, como neumonía. El virus también puede sobrevivir por un tiempo limitado en las superficies que se tocan con frecuencia. Hasta ahora, no existe una vacuna para prevenir el COVID-19.

¿Qué debo hacer?

PREVENIR

- **Evite el contacto con personas que tienen enfermedades respiratorias.**
- **Lávese las manos** con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no tiene agua y jabón, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos 60% de alcohol.
- **Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca** con las manos sin lavar.
- **Cúbrase cuando tosa o estornude** con el codo o el brazo.
- **Use guantes desechables y una máscara SI...**
está cuidando a una persona que está enferma o entró en contacto con los líquidos o secreciones corporales de una persona. Quítese la mascarilla y los guantes con cuidado y lávese las manos de inmediato.
- **Limpie regularmente las superficies que se tocan con frecuencia** como mostradores, mesas, manijas de puertas, accesorios del baño, teléfonos, inodoros, etc., con una solución de lejía diluida o utilice un limpiador que indica en el envase que puede matar los coronavirus humanos. Asegúrese de seguir las instrucciones del envase.

Para crear una solución de lejía, agregue 1 cucharada de cloro en 4 tazas de agua. Haga una solución nueva diariamente.

EVITAR

- **Quédese en casa cuando esté enfermo.**
Aislarse mientras está enfermo puede ayudar a prevenir la propagación del COVID-19 y otras enfermedades más comunes, como la influenza o gripe.
- **En general, no use mascarillas faciales.**
El departamento de salud no recomienda que el público en general use mascarillas para prevenir la propagación de enfermedades a excepción de quienes cuiden o limpien a alguien que está enfermo.
- **Consulte las recomendaciones y restricciones relacionadas con los viajes.**
Puede obtener las restricciones de viaje actualizadas en www.cdc.gov/travel/notices.
Si usted viajó a un área del mundo con transmisión continua de COVID-19 o ha estado en contacto con una persona con COVID-19 y ha presentado fiebre, dificultad para respirar y tos, por favor comuníquese con su proveedor de atención médica para obtener instrucciones. Si hay sospecha de la enfermedad del COVID-19, los proveedores médicos deben llamar al 1-866-PUB-HLTH para consultas e instrucciones adicionales. Puede encontrar información adicional sobre qué hacer cuando está enfermo en <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/about/steps-when-sick.html>.



Visite www.gnrhealth.com
para encontrar un centro de
salud cercano

Visite el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades para obtener la información más actualizada disponible sobre COVID-19.
www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html