

Lo que usted necesita saber sobre el COVID-19 (coronavirus)



El COVID-19 (enfermedad por coronavirus 2019) es una enfermedad respiratoria causada por un nuevo coronavirus que puede propagarse de persona a persona.

Se cree que el virus se propaga principalmente entre personas que están en contacto cercano entre sí (dentro de aproximadamente 6 pies) a través de gotitas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose o estornuda.



Síntomas



Fiebre



Tos



Falta de aliento

Los síntomas del COVID-19 incluyen fiebre, tos, falta de aliento y dificultad para respirar. Los síntomas generalmente se desarrollan dentro de los 2 a 14 días posteriores a la exposición. La mayoría de las personas con COVID-19 experimentarán una enfermedad leve que no requiere hospitalización; sin embargo, algunas personas con mayor riesgo de enfermedad grave pueden desarrollar complicaciones médicas adicionales.

Puede ayudar a mantener a otros a salvo



Si vive o está visitando un área donde se informa que el COVID-19 se está extendiendo, practicar el "distanciamiento social" puede ayudar. **El distanciamiento social aumenta deliberadamente el espacio físico entre las personas** para evitar la propagación de enfermedades (al menos 6 pies).

A menudo, esto significa cambiar nuestros comportamientos habituales por un tiempo para evitar entrar en contacto con el COVID-19 y, posiblemente, transmitirlo a otros. Por ejemplo:

- Evitar grandes grupos de personas.
- Solo salir cuando y donde sea necesario.
- Trabajar desde casa cuando sea posible.

Pasos como estos pueden ayudar a reducir la propagación del virus entre los hogares y las comunidades, así como proteger a las personas que corren un mayor riesgo de enfermedades graves, tales como adultos mayores y otras con sistemas inmunes debilitados.

Manténgase a salvo

Para protegerse del COVID-19, debe seguir los mismos pasos que ayudan a prevenir otras enfermedades como la gripe:



Lávese las manos a menudo 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.



Cubra la tos y los estornudos con el brazo o el codo interno, **NO** con las manos.



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.



Evite el contacto cercano con personas enfermas.



Quédese en casa si está enfermo.

Algunas personas tienen un mayor riesgo de contraer el COVID-19

Las personas corren un mayor riesgo de contraer el COVID-19 si viven o han viajado recientemente a lugares donde se ha informado sobre la propagación continua del virus en la comunidad, O BIEN si han estado en contacto cercano con alguien diagnosticado con COVID-19.

Aquellos que tienen un mayor riesgo de enfermedad grave por COVID-19 incluyen:

- Personas mayores de 60 años.
- Personas con afecciones de salud subyacentes, entre ellas enfermedades cardíacas, pulmonares o diabetes.
- Personas con sistemas inmunes debilitados.
- Mujeres embarazadas.



Si se encuentra en una de estas categorías, elabore un plan con su proveedor de atención médica para identificar los riesgos para su salud respecto al COVID-19 y cómo manejar los síntomas. Póngase en contacto con su médico de inmediato si tiene síntomas.

Sepa qué hacer si cree que está enfermo

¿Qué hago si me siento enfermo?

Si se siente enfermo y cree que ha estado expuesto al COVID-19, llame a su proveedor de atención médica para analizar sus síntomas antes de ingresar. Su proveedor de atención médica determinará sus próximos pasos para recibir atención. Mientras tanto, debe seguir los pasos que ayudan a prevenir la propagación de enfermedades y evitar estar en contacto con otras personas.

Si no tiene un proveedor de atención médica, llame a su departamento local de atención médica para que se conecte a los recursos para la atención.

- Para los residentes de Columbus y Worthington: Salud Pública de Columbus* - (614) 645-1519
- Para los residentes de Bexley, Canal Winchester, Dublin, Gahanna, Grandview Heights, Grove City, Groveport, Hilliard, New Albany, Pickerington, Reynoldsburg, Upper Arlington y Westerville: Salud Pública del Condado de Franklin - (614) 525-3160

**Por favor, tenga en cuenta lo siguiente: Salud Pública de Columbus no solicita a los visitantes documentación de ciudadanía.*

¿Cómo me hago la prueba del COVID-19?

Solo un proveedor de atención médica puede evaluar sus síntomas para COVID-19 y solicitar una prueba.

¿Qué hago si me diagnostican COVID-19?

Su proveedor de atención médica le dará información sobre cómo tratar sus síntomas. Además de seguir las instrucciones de cuidados, también debe aislarse en este momento: no vaya a la escuela, al trabajo ni a otros lugares con grandes grupos de personas. El aislamiento separa a las personas enfermas que son contagiosas de las aquellas que no están enfermas. Durante este tiempo, debe quedarse en casa (en una habitación separada e idealmente con un baño separado), excepto para recibir atención médica, separarse de otras personas y animales en su hogar, evitar compartir artículos personales, monitorear sus síntomas y llamar a su proveedor si su enfermedad está empeorando o antes de terminar su aislamiento.

Su familia o miembros de su hogar que no tienen síntomas deben someterse a cuarentena. La cuarentena separa a las personas que se cree que han estado expuestas a una enfermedad de otras que no han estado expuestas con el fin de evitar una posible propagación. Durante este tiempo, su familia debe quedarse en casa, excepto para recibir atención médica, separarse de usted mientras se aísla, limpiar con frecuencia todas las superficies "de contacto frecuente", monitorearse para detectar síntomas y buscar atención médica si desarrollan fiebre u otros síntomas respiratorios.

Conozca más. Manténgase informado.

Conocer los hechos sobre el COVID-19 puede ayudarle a mantenerse a salvo. Para obtener la información más exacta y conocer más, visite:

- www.cdc.gov/coronavirus
- www.coronavirus.ohio.gov
- www.columbus.gov/coronavirus
- <https://covid-19.myfcph.org>



3/20/2020