

Si usted está enfermo con el virus COVID-19



Quedarse en casa, salga al menos que necesite recibir atención médica.

Las personas enfermas que presentan síntomas leves del virus COVID-19, pueden asilarse en casa durante su enfermedad. Debe evitar actividades fuera de su casa, excepto para recibir atención médica. No vaya al trabajo, la escuela o áreas públicas. Evite el uso de transporte público, taxis o uso de servicios compartidos como Uber.



Aislarse de otras personas en su hogar.

De ser posible, usted debe permanecer en una habitación específica y lejos de otras personas en su hogar. De ser posible, utilice un baño que otros miembros no usaran. No comparta artículos personales para el hogar como platos, toallas, ropa de cama, o utensilios para comer.



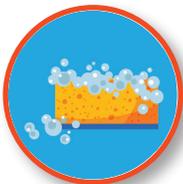
Llamar antes de visitar a su médico.

Si usted tiene una cita médica, llame a su doctor o clínica de salud e indíqueles que tiene o puede tener el virus COVID-19. Esto ayudará a su proveedor de salud a tomar medidas necesarias para evitar que otras personas se expongan.



Lavarse las manos con frecuencia.

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos, pero en especial después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Lávese las manos antes de comer o preparar alimentos. Si agua y jabón no están disponibles, utilice gel antibacterial que contenga al menos 60% de alcohol. Evitar tocarse la cara.



Limpiar las superficies de alto contacto todos los días.

Estas superficies incluyen mostradores, tableros de la mesa, buros, manijas de puertas, accesorios de baño, teléfonos y teclados. Utilice soluciones de cloro para el hogar (4 cucharaditas por cada litro de agua), soluciones de alcohol con al menos 70% de alcohol, o la mayoría de los desinfectantes de uso doméstico EPA-registrados comunes. Puede encontrar una lista de estos desinfectantes en la página <https://www.americanchemistry.com/Novel-Coronavirus-Fighting-Productos-list.pdf>.



Controlar sus síntomas.

Busque atención médica inmediatamente si sus síntomas o la enfermedad empeora. Llame a su médico o clínica de salud con anticipación para informarles que necesita ir para atenderse. Llame al 911 si tiene una emergencia médica y notifique al operador que tiene o está siendo evaluado con el virus COVID-19.