

COVID-19

Lo Que Usted Debe Saber



Washtenaw County
Health Department

¿QUÉ ES EL COVID-19 ?

El COVID-19 es un virus que puede resultar en enfermedades variando desde un resfriado común hasta una enfermedad respiratoria grave.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS?

Las personas con COVID-19 pueden presentar diferentes síntomas. Los más comunes son:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar
- Dolores musculares
- Cansancio extremo
- Pérdida del olfato y del sabor
- Escalofríos
- Diarrea
- Goteo nasal o dolor de garganta

Los síntomas pueden aparecer tan poco como dos días o hasta catorce días después de la exposición.

¿CÓMO SE PROPAGA?

Expertos de salud siguen aprendiendo sobre cómo se propaga el COVID-19. El virus es transmisible fácilmente entre personas a través de pequeñas gotas al toser, estornudar o hablar. El COVID-19 puede ser contagiosa por personas que no exhiben síntomas.

¿CUÁL ES EL TRATAMIENTO?

No existe todavía una vacuna o tratamiento específicamente recomendada para el COVID-19. Las personas afectadas deben de buscar atención médica.

INFORMACIÓN del 9 de diciembre 2020

Puede encontrar información al día en Washtenaw.org/health, Michigan.gov/Coronavirus, and CDC.gov/Coronavirus.

¿CÓMO SE PREVIENE?

La mejor manera de prevenir el contagio es evitar exponerse al virus. **Todos deben practicar estas estrategias de prevención:**

- Cuando salga de su casa mantenga distancia social/física, a seis pies de distancia de otras personas.
- Cúbrase la nariz y la boca con una mascarilla cuando esté en lugares públicos
- Lávese las manos con frecuencia, con jabón y agua durante veinte segundos. Si no tiene agua y jabón use desinfectante.
- Evite tocarse la cara y la boca.
- Si está enfermo/a quédese en casa y evite a otras personas. Salga sólo si necesita atención médica.
- Evite estar en cuartos pequeños con poca ventilación y con personas que no son de su familia. Estar fuera, al aire libre es más seguro.
- Cubra su tos y estornudos.
- Quédese en casa lo más posible.

¿QUÉ DEBO HACER SI ME PONGO ENFERMO?

Si está enfermo/a con síntomas del COVID-19 siga estas recomendaciones para evitar propagar el virus.

- Quédese en casa, excepto para buscar atención médica.
- Manténgase alejado de otros miembros de su familia y mascotas.
- Use remedios para bajar su temperatura. Tome suficiente líquido para mantenerse hidratado/a y trate de comer lo que pueda.

LLAME A SU DOCTOR SI TIENE:

- Fiebre que no disminuye sin remedio
- Vómito y/o diarrea que dura más de 24 horas y especialmente si hay sangre en la diarrea
- Si tiene dificultad para respirar
- Si los síntomas empeoran y no puede controlarlos

LLAME A EMERGENCIA o al 9-1-1:

- Si tiene dificultad para respirar
- Dolor de pecho
- Si siente con desmayo o inseguro en sus pies

Esta hoja informativa es para informarse y no debe ser usado ni para el autodiagnóstico ni como sustituto de una consulta de su proveedor de atención médica. Para obtener más información, comuníquese con su proveedor de atención médica o visite la página web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades en www.cdc.gov

¿QUÉ ES UN CONTACTO CERCANO?

Es toda persona con quien usted ha tenido contacto cara a cara durante quince minutos y a menos de seis pies de distancia.

¿CUÁNDO ES NECESARIO PONERSE EN CUARENTENA O AISLARSE?

Los contactos cercanos de un caso positivo (a menos de 6 pies de distancia durante más de 15 minutos en total) deben ponerse en cuarentena.

Recomendamos al público que la cuarentena, que debe durar 14 días a partir de su último contacto con una persona infectada. Esta opción es la más segura para todos. Sin embargo, los estudios están mostrando que el riesgo de enfermedad es muy reducido entre los días 11-14.

Por lo tanto, su cuarentena puede terminar después de 10 días si:

1. No presenta síntomas dentro de los 10 días **Y**
2. Continúa monitorizando sus síntomas durante 14 días.

Para ser claro, todavía existe el riesgo de desarrollar una enfermedad entre los días 11 y 14; es simplemente más bajo que en los primeros 10 días.

Durante la cuarentena:

1. Quédese en casa excepto para recibir atención médica.
2. Monitoriza los síntomas usted mismo.
3. Hágase la prueba del COVID-19 si presenta síntomas.

Un resultado negativo no terminará su cuarentena.

Pueden pasar hasta 14 días después de la exposición para que se desarrolle una enfermedad. Si presenta síntomas de COVID-19 debe aislarse.

INFORMACIÓN del 9 de diciembre 2020

Puede encontrar información al día en Washtenaw.org/health, Michigan.gov/Coronavirus, and CDC.gov/Coronavirus.

¿CUÁNDO ES NECESARIO PONERSE EN CUARENTENA O AISLARSE? (continuado)

Usted debe aislarse si:

- Tiene síntomas de COVID-19 **PERO**
- No está tan enfermo como para ir al hospital.

Aislarse significa que:

- Debe permanecer en casa en un cuarto separado de otros miembros de la familia.
- Debe usar un cuarto de baño separado de otros miembros de la familia si es posible. Mantenga separados sus cepillos de dientes, si comparten el mismo cuarto de baño.
- Evite contacto con las otras personas de su casa.
- Haga que las otras personas en su casa mantengan cuarentena.
- Use mascarilla si tiene que ir a los espacios compartidos dentro de la casa.

Infórmese sobre aislamiento y cuarentena en:

<http://bit.ly/isoandquar>

¿QUÉ ES EL RASTREO DE CONTACTOS? ¿POR QUÉ ES IMPORTANTE?

El rastreo de contactos ayuda a contener brotes del virus, alertando a las personas que pueden haber sido expuestas al COVID-19, para que así no contribuyan a propagar el virus a otros. Si el Departamento de Salud Pública o MI COVID HELP le llama, por favor responda o llame de vuelta lo antes posible.

Aprenda más sobre rastreo de contactos en:

<http://bit.ly/COVIDtrace>

¿CON QUIÉN PUEDO PONERME EN CONTACTO PARA CONOCER LAS PREOCUPACIONES RELACIONADAS CON EL COVID-19?

La siguiente página web contiene información detallada sobre cómo informar casos o preocupaciones de COVID-19: <http://bit.ly/COVIDcontact>

Esta hoja informativa es para informarse y no debe ser usado ni para el autodiagnóstico ni como sustituto de una consulta de su proveedor de atención médica. Para obtener más información, comuníquese con su proveedor de atención médica o visite la página web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades en www.cdc.gov

Washtenaw County Health Department • 555 Towner Street • Ypsilanti, MI 48197 • 734-544-6700 • washtenaw.org/health

COVID-19

Lo Que Usted Debe Saber



Washtenaw County
Health Department