

Como puedo prevenir el contagio de COVID-19?

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por 20 segundo. Si no están disponibles, use un desinfectante de manos que contenga al menos 60% de alcohol.
- Evite tocarse la cara.
- Evite áreas concurridas.
- Mantenga una distancia de al menos 6 pies entre otras personas.
- Evite el contacto con personas enfermas.
- Aislarse de los demás cuando este enfermo.
- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo o una manga al toser o estornudar.
- Evite compartir artículos personales tales como cigarrillos, comida y utensilios.
- Si es posible, utilice opciones de comida para llevar.
- Use una cubierta de tela, una máscara o un pañuelo sobre la nariz y boca.

Como puedo prevenir el contagio de COVID-19?

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por 20 segundo. Si no están disponibles, use un desinfectante de manos que contenga al menos 60% de alcohol.
- Evite tocarse la cara.
- Evite áreas concurridas.
- Mantenga una distancia de al menos 6 pies entre otras personas.
- Evite el contacto con personas enfermas.
- Aislarse de los demás cuando este enfermo.
- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo o una manga al toser o estornudar.
- Evite compartir artículos personales tales como cigarrillos, comida y utensilios.
- Si es posible, utilice opciones de comida para llevar.
- Use una cubierta de tela, una máscara o un pañuelo sobre la nariz y boca.

Que puedo hacer si estoy enfermo?

- Si tiene tos que le comenzó recientemente o podría estar enfermo, cúbrase la nariz y la boca con una cubierta de tela.
- Si es posible, sepárese de los demás.
- Si muestra síntomas, trate de descansar, beba muchos líquidos y tome paracetamol (Tylenol) o ibuprofeno (Advil) para la fiebre.
- Busque atención medica de inmediato si tiene problemas para respirar, labios o rostros azulados, dolor/presión en el pecho, confusión o dificultad para despertarse.

Si está sin hogar, extienda el campamento.

Si es posible, coloque tiendas de campaña y áreas para dormir con al menos de 12 pies por 12 pies por persona.

Para más información, visite

www.snhd.info/covid o www.cdc.gov/coronavirus.

Rev. 8-11-2020

Que puedo hacer si estoy enfermo?

- Si tiene tos que le comenzó recientemente o podría estar enfermo, cúbrase la nariz y la boca con una cubierta de tela.
- Si es posible, sepárese de los demás.
- Si muestra síntomas, trate de descansar, beba muchos líquidos y tome paracetamol (Tylenol) o ibuprofeno (Advil) para la fiebre.
- Busque atención medica de inmediato si tiene problemas para respirar, labios o rostros azulados, dolor/presión en el pecho, confusión o dificultad para despertarse.

Si está sin hogar, extienda el campamento.

Si es posible, coloque tiendas de campaña y áreas para dormir con al menos de 12 pies por 12 pies por persona.

Para más información, visite

www.snhd.info/covid o www.cdc.gov/coronavirus.

Rev. 8-11-2020

SNHD
Southern Nevada Health District

Guía de bolsillo para
Enfermedad
del Coronavirus
2019 (COVID-19)
Para las personas sin hogar

SNHD
Southern Nevada Health District

Guía de bolsillo para
Enfermedad
del Coronavirus
2019 (COVID-19)
Para las personas sin hogar

¿Qué es la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19)?

COVID-19 es una cepa de virus que solo se ha propagado en personas desde diciembre de 2019. Expertos en salud están preocupados porque se sabe poco sobre este nuevo virus y tiene el potencial de causar enfermedades graves y neumonía en algunas personas.

¿Quién está en riesgo?

Basado en lo que sabemos actualmente, hay algunas personas que están en mayor riesgo de enfermarse gravemente de esta enfermedad. Esto incluye a los adultos mayores y a las personas que tienen condiciones médicas crónicas como enfermedades cardíacas, diabetes y enfermedades pulmonares. Si usted está en mayor riesgo de enfermarse grave por el COVID-19 debido a su edad o porque tiene un problema grave de salud a largo plazo, es muy importante que tome medidas para reducir el riesgo de enfermarse.

¿Qué es la enfermedad por coronavirus 2019 (COVID-19)?

COVID-19 es una cepa de virus que solo se ha propagado en personas desde diciembre de 2019. Expertos en salud están preocupados porque se sabe poco sobre este nuevo virus y tiene el potencial de causar enfermedades graves y neumonía en algunas personas.

¿Quién está en riesgo?

Basado en lo que sabemos actualmente, hay algunas personas que están en mayor riesgo de enfermarse gravemente de esta enfermedad. Esto incluye a los adultos mayores y a las personas que tienen condiciones médicas crónicas como enfermedades cardíacas, diabetes y enfermedades pulmonares. Si usted está en mayor riesgo de enfermarse grave por el COVID-19 debido a su edad o porque tiene un problema grave de salud a largo plazo, es muy importante que tome medidas para reducir el riesgo de enfermarse.

Como se propaga COVID-19?

Los expertos en salud todavía están aprendiendo los detalles sobre como se propaga este nuevo coronavirus. Se cree que el virus se propaga principalmente de persona a persona a través de:



El aire por toser o estornudar



Tocando una superficie con el virus en él, y después tocar la boca, la nariz, o los ojos



Contacto personal, como tocar dar la mano

Como se propaga COVID-19?

Los expertos en salud todavía están aprendiendo los detalles sobre como se propaga este nuevo coronavirus. Se cree que el virus se propaga principalmente de persona a persona a través de:



El aire por toser o estornudar



Tocando una superficie con el virus en él, y después tocar la boca, la nariz, o los ojos



Contacto personal, como tocar dar la mano

Cuáles son los síntomas?

Personas que han sido diagnosticadas con COVID-19 han notificado síntomas que pueden aparecer en tan solo 2 días o hasta 14 días después de exposición al virus:



Fiebre



Una tos reciente o que empeora



Falta de aliento o dificultad para respirar reciente o que empeora



Fatiga



Dolores musculares o corporales



Dolor de cabeza



Perdida reciente de gusto o olfato



Dolor de garganta



Congestión o secreción nasal



Náusea



Vómito



Diarrea

Cuáles son los síntomas?

Personas que han sido diagnosticadas con COVID-19 han notificado síntomas que pueden aparecer en tan solo 2 días o hasta 14 días después de exposición al virus:



Fiebre



Una tos reciente o que empeora



Falta de aliento o dificultad para respirar reciente o que empeora



Fatiga



Dolores musculares o corporales



Dolor de cabeza



Perdida reciente de gusto o olfato



Dolor de garganta



Congestión o secreción nasal



Náusea



Vómito



Diarrea