

# LO QUE DEBE SABER SOBRE EL COVID-19

## ¿Qué es el COVID-19?

El COVID-19 es un virus que puede causar una enfermedad grave. Todos podemos contraer el virus. Los adultos mayores y las personas con enfermedades crónicas tienen mayor probabilidad de enfermarse a causa del virus.

## ¿Cómo se contagia?

En su mayoría, el virus se contagia por el contacto cercano con una persona infectada. Las gotitas del sistema respiratorio, que se crean cuando una persona infectada tose, estornuda o habla, llegan a la boca o nariz de las personas que se encuentran cerca. Las personas que están infectadas, pero que no muestran síntomas, podrían infectar a otras personas. Es por este motivo que es importante que las personas se realicen la prueba.

## ¿Cuáles son los síntomas?

Los síntomas aparecen entre 2 a 14 días luego de la exposición.

- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Falta de aire o dificultad para respirar
- Cansancio
- Dolor muscular o corporal
- Nueva pérdida del gusto u olfato
- Garganta inflamada
- Congestión o secreción nasal
- Náuseas o vómitos
- Diarrea

### **Signos de alerta de emergencia:**

Dificultad para respirar

Dolor o presión constante en el pecho

Confusión o incapacidad para despertarse

Labios o cara azulados

**Si usted tiene estos signos de alerta, llame al 911 para recibir asistencia médica inmediata.**

## ¿Qué debo hacer si creo estar enfermo?

Si tiene algún síntoma, debe realizarse la prueba en el trabajo o en un centro cercano. Para encontrar un centro de prueba o recibir asistencia de otra índole marque el 211 en un teléfono. Evite el contacto con otras personas para que no se contagien.

# COMO PROTEGERSE



**Lávese las manos** a menudo con agua y jabón. Si no está disponible, utilice un desinfectante de manos.



**Vacúnese contra el COVID-19.** Para encontrar un lugar de vacunación, llame al 211.



**Cúbrase la boca y nariz** con un pañuelo o el codo al toser y estornudar.



**Limpie y desinfecte** las superficies que se tocan con frecuencia todos los días.



**Use un cubre boca de tela** cuando tenga que estar cerca de otras personas. Evite tocarse la cara.



**Mantenga un espacio de 2 metros** entre usted y otras personas con las que no viva. Evite el contacto con personas que estén enfermas.

## APRENDA MÁS

### Información importante del Estado de Michigan

[https://www.michigan.gov/coronavirus/0,9753,7-406-98178\\_98541\\_98542--,00.html](https://www.michigan.gov/coronavirus/0,9753,7-406-98178_98541_98542--,00.html)

### Qué hacer si está enfermo

<https://wwwdev.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/sick-with-2019-nCoV-fact-sheet-sp.pdf>

### Cómo detener la propagación de gérmenes

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/downloads/stop-the-spread-of-germs-sp.pdf>