

# Información sobre Coronavirus (COVID-19)

Gracias por su llamado. Según la información que nos dio sobre los síntomas que presenta, es posible que tenga coronavirus (COVID-19). Incluso si no se siente muy enfermo, puede contagiar el virus a otras personas cerca de usted, quienes se podrían enfermar gravemente. Le solicitamos que lea la información a continuación para saber cómo cuidarse y cómo evitar contagiar a otras personas.

## Cómo cuidarse:

Hasta la fecha, no existe un tratamiento para el coronavirus. Como ocurre con muchas otras enfermedades, lo mejor que puede hacer es descansar y beber mucho líquido. Si tiene fiebre o dolor, primero tome Tylenol (acetaminofeno). Si este no funciona y no hay otro motivo por el cual no deba tomar medicamentos NSAID, puede tomar (ibuprofeno, naxopreno u otro antiinflamatorio no esteroide).

*Si en algún momento, comienza a sentirse peor (en especial, si tiene dificultad para respirar, dolor de pecho o presión en el pecho), llame al 617-665-1977 o a su clínica de atención primaria. Si presenta síntomas más graves, llame al 911 de inmediato.*

Puesto que es posible que tenga coronavirus, es importante que se quede en su casa y siga las instrucciones a continuación:

- **Quédese en su casa.** No salga de su casa a menos que no sea para ir al médico. No vaya a trabajar ni a la escuela. Evite los espacios públicos y las tiendas, y no use ninguna forma de transporte público. No reciba visitas a menos que sean estrictamente necesarias.
- **Procure atención médica.** Si tiene preguntas o dudas, llame a la clínica. Si cree que necesita hacer una visita, llame a la clínica y dígales que está aislado por coronavirus. En caso de emergencia, llame al 911.
- **Manténgase a salvo.** Quédese en una habitación de la casa usted solo, preferiblemente con la ventana abierta. De ser posible, use un baño diferente que el resto de las personas que viven en la casa. Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante, al menos, 20 segundos. Evite tocarse la cara, la boca, los ojos y la nariz. Tosa y estornude en un pañuelo de papel.
- **Mantenga la limpieza.** No comparta elementos de uso personal (como cepillos), utensilios de cocina (platos, tazas, cubiertos) ni ropa blanca (toallas, ropa de cama) con otras personas que vivan en la casa. Limpie las superficies de uso diario frecuente (como perillas de puertas, teléfonos, lámparas, interruptores de luz y accesorios del baño como grifos).

- **Otras necesidades.** En estos momentos, se le está haciendo difícil a algunas personas conseguir los alimentos o medicamentos que necesitan, o están teniendo otros problemas financieros como la renta. Si necesita ayuda, llame al consultorio de su médico de atención primaria.

## Será seguro que esté cerca de otra gente cuando:

- Hayan pasado, al menos, 72 horas desde que tuvo fiebre (se considera fiebre una temperatura de 38 °C o 100,4 °F o más)

Y

- Hayan mejorado los síntomas respiratorios (tos, falta de aire)

Y

- Hayan pasado, al menos, 10 días desde el inicio de los síntomas.

## Cuide a sus contactos próximos:

Las personas que viven en su casa y cualquier otra persona que haya pasado más de 10 minutos cerca de usted (a menos de 2 m de distancia) se consideran contactos próximos. Puesto que estas personas han estado en contacto próximo con Ud., están en riesgo de infectarse. Puede ayudarlos a mantenerse a salvo siguiendo las instrucciones a continuación. Sus contactos próximos deben seguir las recomendaciones listadas a continuación:

- **Quedarse en casa.** Sus contactos próximos deben quedarse en casa durante 14 días, lo que significa que no deben ir a trabajar ni a la escuela.
- **Procurar atención médica.** Si un contacto próximo comienza a sentirse enfermo, deben llamar a su médico de atención primaria.

Incluso si se siente mejor, debe limitar sus salidas hasta que las autoridades sanitarias anuncien lo contrario.

Estamos aquí para mantenerlo sano y seguro. Si tiene preguntas sobre su salud, llame al consultorio de su médico de atención primaria.

*Les deseamos salud a Ud. y sus afectos,*

Su equipo de CHA