

QUÉ DEBE HACER SI ESTÁ ENFERMO



Si tiene fiebre, tos u otros síntomas, es posible que tenga COVID-19. La mayoría de las personas presentan síntomas leves y pueden recuperarse en casa.



A continuación se enlistan algunas recomendaciones que el Departamento de Salud Pública ha proveído si es que le fue confirmado positivo el resultado de la prueba para COVID-19.

Quédese en casa

La mayoría de las personas con COVID-19 presentan síntomas leves y pueden recuperarse en casa sin atención médica. No salga de su casa, excepto para recibir atención médica. No visite áreas públicas.



Cúidese

Descanse y manténgase hidratado, tomando suficientes líquidos como agua. Tome medicamentos de venta libre, como acetaminofeno, para ayudarlo a sentirse mejor.



Manténgase en contacto con su doctor

Antes de recibir atención médica, llame a su doctor o a la línea Medi-Nurse al (877) 409-9052. Asegúrese de buscar atención médica si tiene problemas para respirar, si tiene otras señales de emergencia o si cree que tiene una emergencia.



Sepárese de otras personas

Permanezca en una habitación específica y lejos de otras personas en su hogar tanto como sea posible. Abra las ventanas para dejar entrar aire fresco. Además, debe usar un baño separado si está disponible. Si necesita estar cerca de otras personas dentro o fuera de la casa, use una cubierta de tela para la cara.



QUÉ DEBE HACER SI ESTÁ ENFERMO

Cúbrase la tos y los estornudos

Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude. Tire los pañuelos desechables usados en un bote de basura forrado.

Lávese inmediatamente las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, lávese las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga por lo menos 60% de alcohol.



Limpie y desinfecte superficies de alto contacto

Limpie todas las superficies que se tocan con frecuencia, como mostradores, mesas y las perillas de las puertas. Use aerosoles o toallitas de limpieza doméstica de acuerdo a las instrucciones de la etiqueta.



Emergencia

Para emergencias médicas, llame al 911 y notifique al personal de despacho que tiene o puede tener COVID-19.

911

Comunidad indocumentada

No permita que el miedo le impida recibir el tratamiento necesario, ya que no recibir atención médica si tiene COVID-19, puede causarle graves consecuencias de salud. Esto lo ayudará a que usted, a su familia y a su comunidad a mantenerse saludables.



Si es indocumentado o no tiene seguro médico, aún puede obtener la prueba y el tratamiento de COVID-19 a través de Medi-Cal. La atención médica de Medi-Cal exclusivamente relacionada con pruebas o tratamientos de COVID-19, NO cuentan bajo la regla de carga pública. Para más información llame a Medi-Nurse al (877) 409-9052.