

Recursos para personas con condiciones post-COVID



Consulte a un proveedor de atención médica

Hable con un proveedor de atención médica acerca de sus síntomas.

Lo pueden revisar, descartar otras condiciones de salud y ayudarlo a encontrar especialistas.

- ¿Necesita ayuda para encontrar atención médica? Llame a la línea de información de su condado 2-1-1 o visite 211ca.org.
- ¿Quiere hablar con un proveedor médico sin salir de casa? Pregúntele a su médico acerca de la telemedicina.
- Obtenga más información en bit.ly/cdphtelehealth.
- Complete y traiga el Registro de Síntomas post-COVID a su cita cdph.ca.gov/longcovid.



Encuentre más información sobre COVID prolongado en cdph.ca.gov/longcovid.



Busque atención médica adicional post-COVID

En las clínicas post-COVID, puede obtener atención especializada y un plan de tratamiento personalizado.

- Lista de clínicas post-COVID – Survivor Corps: survivorcorps.com/pccc
- ¿No puede ir en persona? Pregunte a las clínicas sobre las opciones de citas de telemedicina. Obtenga más información en bit.ly/cdphtelehealth.
- Pruebe los recursos en su hogar. Lea [Recuperándose de COVID-19: Su guía para Restaurar el Movimiento de Johns Hopkins Medicine](#).



Solicite apoyo en el trabajo

Las condiciones post-COVID pueden calificar como una discapacidad bajo la Ley de Estadounidenses con Discapacidades (ADA).

Hable con su empleador o departamento de Recursos Humanos sobre las adaptaciones laborales. También puede solicitar beneficios por discapacidad.



Escanee el código QR para ver enlaces interactivos en este folleto.



Recursos para personas con condiciones post-COVID



Solicite apoyo en la escuela

Los estudiantes pueden ser elegibles para adaptaciones educativas bajo la Ley de Educación para Individuos con Discapacidades. Pregúntele a su escuela sobre las adaptaciones para hacer que el aprendizaje sea más manejable.



Participe en estudios académicos

Participe en estudios académicos, que están explorando las causas y nuevos tratamientos posibles para las condiciones post-COVID. Por ejemplo, el estudio RECOVER fue lanzado por los Institutos Nacionales de Salud (NIH). Obtenga más información en recovercovid.org.



Participe en grupos de apoyo

Consiga apoyo entre otros que han sufrido de COVID prolongado.

- [Body Politic](#)
- [Alianza de COVID prolongado](#)
- [Survivor Corps](#)
- [Niños con COVID prolongado.](#)



Cuide su salud mental

El Covid prolongado puede ser un desafío tanto para las personas que lo experimentan como para sus seres queridos y cuidadores. **Agregue recursos de salud mental a su caja de herramientas de cuidado personal.** Encuentre recursos en namica.org.

