

10 cosas que puede hacer para controlar su salud en casa

Si tiene COVID-19 posible o confirmado:

1. Quédese en casa.

No vaya al trabajo, la escuela o a áreas públicas. Evite usar el servicio de transporte público, vehículos compartidos o taxis.



2. Vigile sus síntomas

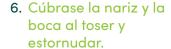
Busque atención médica rápidamente si su enfermedad empeora.



- 3. Descansa y mantente hidratado
- 4. Si tiene una cita médica, llame al proveedor de atención médica y dígale que tiene o que podría tener COVID-19.

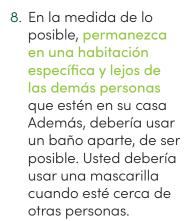


5. Se tiene emergencia médica o necesita llamar al 911, avísele al personal del centro de llamadas que tiene COVID-19 o lo están evaluando para determinarlo.





7. Lávese frecuentemente las manos con aqua y jabón por al menos 20 segundos o limpiesalas con un desinfectante de manos que contenga al menos un 60% de alcohol.







9. No debe compartir

platos, vasos, tazas, toallas o ropa de cama con otras personas que estén en su casa.



10. Limpie todos los días todas las superficies

de contacto frecuente como las mesas y las manijes de las puertas. Use un limpiador de uso doméstico, ya sea un rociador o una toallita, según las instrucciones de la etiqueta.



