

## Lista de verificación de COVID-19 para cuando se está enfermo con COVID-19

*Si cree que ha estado expuesto al COVID-19 y desarrolla fiebre y síntomas, como tos o dificultad para respirar, llame a su proveedor de atención médica para obtener asesoramiento médico.*

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades tienen una herramienta de "autoverificación" para ayudarlo a tomar decisiones sobre la búsqueda de atención médica adecuada. Lo puedes encontrar aquí:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019ncov/symptoms-testing/index.html>.

La Directora del Departamento de Salud de Ohio, Amy Acton, M.D., MPH, recomienda enfáticamente lo siguiente si está enfermo con COVID-19 o sospecha de COVID-19:



Quédese en casa excepto para obtener atención médica. Las personas que

están levemente enfermas con COVID-19 pueden recuperarse en casa pero no deben salir de casa o visitar áreas públicas.



Manténgase en contacto con su médico. Llame antes de recibir atención médica. Asegúrese de recibir atención si se siente peor o si cree que es una emergencia. Evite el uso de transporte público, viajes compartidos o taxis.



Separarse de otras personas en su hogar. En la medida de lo posible, quédese en una "habitación para enfermos" específica. Use un baño separado, si está disponible. Limite el contacto con mascotas y animales; no ha habido informes de mascotas u otros animales que se enfermen con COVID-19, se

recomienda que las personas con el virus limiten el contacto con los animales hasta que se sepa más.



Si tiene una cita médica, llame al consultorio de su médico o al departamento de emergencias y dígales que tiene o puede tener COVID-19.



Siga los consejos de prevención en el siguiente gráfico, especialmente, cubra la tos y los estornudos, lávese las manos con frecuencia y evite tocarse la cara.



No comparta platos, vasos, vasos, utensilios para comer, toallas o ropa de cama con otras personas en su hogar. Lavar a fondo después de su uso.



Limpie y desinfecte las superficies de alto contacto en su "habitación para enfermos" y en el baño todos los días con productos de limpieza y desinfectantes domésticos, según las instrucciones de la etiqueta; pídale a otra persona que limpie y desinfecte las superficies de alto contacto en otras áreas de la casa. Limpie y desinfecte las áreas que pueden tener sangre, heces o fluidos corporales.



Controle sus síntomas y busque atención médica si están empeorando (por ejemplo, si tiene dificultad para respirar). Llame al médico o al departamento de emergencias antes de ir.



Si desarrolla señales de advertencia de emergencia para COVID-19, obtenga atención médica de inmediato. Las señales de advertencia de emergencia incluyen \* lo siguiente:

- Dificultad para respirar o falta de aliento.
- Dolor o presión persistentes en el pecho.
- Nueva confusión o incapacidad para despertar.
- Labios o cara azulados.

\*Esta lista no es del todo inclusiva. Consulte a su proveedor médico para cualquier otro síntoma que sea grave o preocupante.



Si no se realizará una prueba para determinar si aún es contagioso, puede salir de su casa después de TODOS LOS TRES de los siguientes:

- No ha tenido fiebre durante al menos 72 horas (tres días completos) sin usar el medicamento que reduce la fiebre.
- Otros síntomas han mejorado (por ejemplo, cuando la tos o la falta de aire han mejorado).
- Han pasado al menos siete días desde que aparecieron sus síntomas por primera vez.



Si va a someterse a una prueba para determinar si aún es contagioso, puede salir de su casa después de TODOS LOS TRES de los siguientes:

- Ya no tiene fiebre (sin el medicamento que reduce la fiebre).
- Otros síntomas han mejorado (por ejemplo, cuando la tos o la falta de aire han mejorado).
- Recibió dos pruebas negativas seguidas, con 24 horas de diferencia.



Siempre siga las instrucciones de su proveedor de atención médica y el departamento de salud local.

Para obtener información adicional, visite [coronavirus.ohio.gov](https://coronavirus.ohio.gov).

Para obtener respuestas a sus preguntas sobre COVID-19, llame al 1-833-4-ASK-ODH (1-833-427-5634).

Si usted o un ser querido experimenta ansiedad relacionada con la pandemia de coronavirus, hay ayuda disponible. Llamar a la Línea de Ayuda para Desastres al 1-800-985-5990 (1-800-846-8517 TTY): conectarse con un consejero capacitado a través de la Línea de Texto de Crisis de Ohio enviando un mensaje de texto con la palabra clave "4HOPE" al 741 741; o llame a la línea de ayuda del Departamento de Servicios de Salud Mental y Adicciones de Ohio al 1-877-275-6364 para encontrar recursos en su comunidad.

For more information, visit: [coronavirus.ohio.gov](https://coronavirus.ohio.gov)