

10 COSAS QUE PUEDE HACER PARA MANEJAR UNA ENFERMEDAD RESPIRATORIA EN CASA

Si tiene COVID-19 posible o confirmado u otra enfermedad respiratoria:

1. **Quédese trabajando en casa**, por la escuela, y lejos de otros lugares públicos. Si necesita salir, evite usar cualquier tipo de transporte público, viaje compartido o taxis.



2. **Controle sus síntomas** cuidadosamente. Si sus síntomas empeoran, llame a su proveedor de cuidado de la salud inmediatamente.



3. **Descanse y beba muchos fluidos.**



4. **Llame antes de ir a un proveedor de atención médica.** Dígame sus síntomas para que puedan aconsejarle los próximos pasos a seguir.



5. **Para emergencias médicas,** llame al 911 y notifique al despachador de personal sobre sus síntomas.



6. **Cúbrase la tos y estornude** en un pañuelo o use su codo.



7. **Lávese las manos a menudo** con agua y jabón por al menos 20 segundos o limpie sus manos con un gel desinfectante a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol.



8. Tanto como sea posible, **quédese** en una habitación específica y **lejos de otras personas** en su casa. Además, debe usar un baño separado, si está disponible. Si necesita estar cerca de otras personas dentro o fuera de la casa, use una mascarilla.



9. **Evita artículos de uso personal** con otras personas en su hogar, como platos, toallas y ropa de cama.



10. **Limpie todas las superficies** que están tocado a menudo, como superficies de cocina, tableros de mesa y cerraduras de las puertas. Use limpieza doméstica, aerosoles o toallitas según las instrucciones de la etiqueta.



Si tiene preguntas adicionales sobre coronavirus o preocupaciones, por favor llame al Condado de Prince George línea directa de coronavirus del Departamento de Salud en (301) 883-6627 de 8:00 am a 8:00 pm.

* Comuníquese con el 911 solo para emergencias médicas.

Para más información visite:

health.mypgc.us/coronavirus

<https://coronavirus.maryland.gov/>

[cdc.gov](https://www.cdc.gov)

   @pgchealth



HEALTH
DEPARTMENT
Prince George's County

