

CÓMO DISMINUIR LA PROPAGACIÓN

**USE UNA CUBIERTA DE TELA
CUANDO ESTÉ EN PÚBLICO**

PRACTICAR EL DISTANCIAMIENTO
SOCIAL DE AL MENOS 6 PIES

**LÁVESE LAS MANOS CON FRECUENCIA
CON JABÓN O USAR DESINFECTANTE
DE MANOS**

EVITE TOCARSE LA CARA

**CUBRE LA TOS Y LOS
ESTORNUDOS
CON UN TEJIDO Y
TIRA EL TEJIDO**

QUÉDATE EN CASA SI
ESTÁS ENFERMO

**LIMPIE LOS OBJETOS Y
SUPERFICIES DE ALTO
CONTACTO CON
FRECUENCIA**



COVID-19



[GCHD.ORG/CORONAVIRUS](https://www.gchd.org/coronavirus)

CUBIERTAS DE TELA PARA LA CARA

**SU CUBIERTA DE TELA TE PROTEGE,
TU CUBIERTA DE TELA LOS PROTEGE.**

Juntos, podemos reducir la
transmisión del coronavirus
a alrededor del 1 por ciento.
Pero nos lleva a
todos llevar una cara
cubriendo.

**ASEGÚRESE DE
QUE PUEDE
RESPIRAR**
a través de la
cubierta de la
cara de tela

**ASEGÚRATE
DE QUE**
te cubra la
nariz y la
boca

**LAVAR
DESPUÉS**
de usar,
como la ropa
normal

**PÓNTELO
CUANDO
SE DIRIGE**
a y cuando
en lugares
públicos



**NO DEJE DE
DISTANCIARSE
SOCIALMENTE,**
lavarse las
manos y prevenir
gérmenes

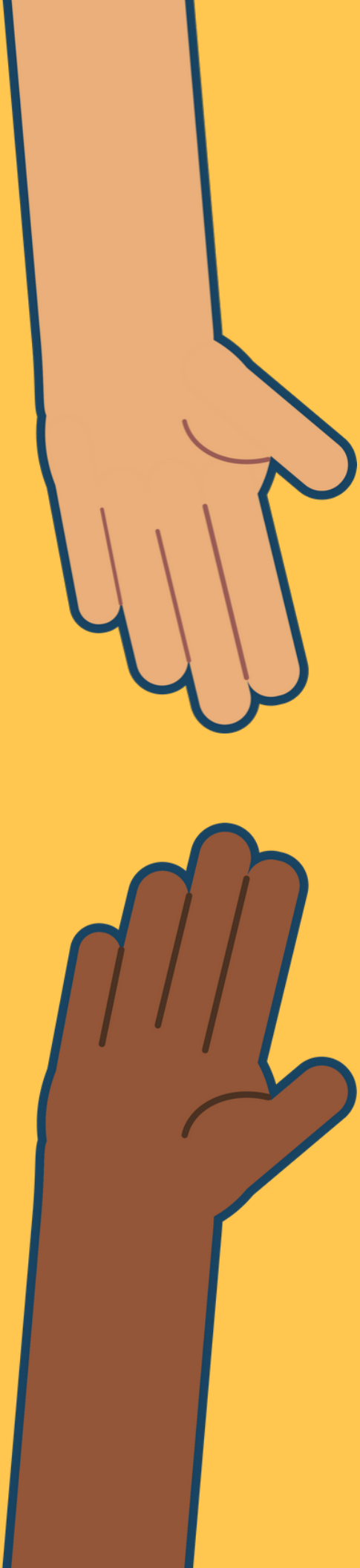
COVID-19



[GCHD.ORG/CORONAVIRUS](https://www.gchd.org/coronavirus)

**MANTÉNGASE AL
MÉNOS A**

6 PIES



**(APROXIMADAMENTE 2 BRAZOS)
DE OTRAS PERSONAS.**

COVID-19



GCHD.ORG/CORONAVIRUS



SÍNTOMAS COVID-19

Llame a su médico si tiene síntomas o ha estado en contacto cercano con una persona que se sabe que tiene COVID-19

LOS SÍNTOMAS INCLUYEN

- **Fiebre o escalofríos**
- Tos
- **Dificultad para respirar**
- Fatiga
- **Dolores musculares o corporales**
- Dolor de cabeza
- **Nueva pérdida del olfato o el gusto**
- Dolor de garganta
- **Congestión o moqueo**
- Náuseas o vómitos
- **Diarrea**

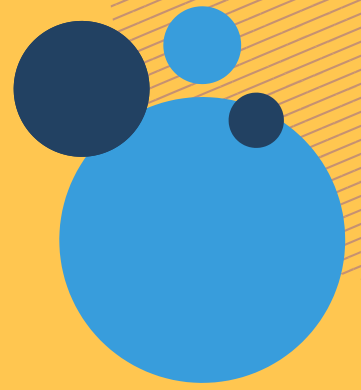


COVID-19



[GCHD.ORG/CORONAVIRUS](https://www.gchd.org/coronavirus)

QUÉ HACER SI OBTIENES COVID-19



Sepárate de los demás

- **Lo más posible,** alójese en una habitación específica y aléjese de otras personas y mascotas en su hogar
- **Si es posible,** debe usar un baño separado
- **Si necesita estar cerca** de otras personas o animales dentro o fuera de la casa, use una cubierta de tela

Quédese en casa, excepto para recibir **atención médica.** Llame con anticipación antes de visitar a su médico.

Vigila sus síntomas



COVID-19



GCHD.ORG/CORONAVIRUS

**Cubre la tos
y los estornudos con
un tejido y tira el
tejido**

**Limpie los
objetos y superficies de
alto contacto todos los
días.** Evite compartir
artículos personales para
el hogar

**Lávese las
manos con frecuencia
con jabón o usar
desinfectante de
manos**

**Si está enfermo, use
un paño cubriendo
la nariz y la
boca**



CUIDAR DE ALGUIEN QUE ESTÁ ENFERMO DE COVID-19

Todos los miembros de la casa deben **PERMANECER EN CASA**

Si alguien en su casa tiene COVID-19, es mejor que todos los miembros de la casa se queden en casa y se vigilen para los síntomas.

Vigilar a la persona enferma para el empeoramiento de los síntomas. Conozca las señales de advertencia de emergencia. Llame a un médico si se está poniendo más enfermo.

- Pida a la persona que se quede en una habitación y lejos de otras personas y de usted mismo tanto como sea posible
- Si es posible, pida a la persona enferma que use un baño separado
- Evite compartir artículos personales como platos, toallas y ropa de cama



Pida a la persona enferma que use una cubierta de tela cuando esté cerca de personas.

Si no pueden poner una cubierta de tela, usted debe usar uno cuando este alrededor de ellos

Tome precauciones adicionales para detener los gérmenes.

Lávese las manos y desinfecte superficies, objetos y tu entorno

Lave bien la ropa. Si la ropa está sucia, use guantes desechables cuando la toque.

Lávese las manos después de quitarse los guantes

Asegúrese de que la persona enferma beba muchos líquidos y descansa en casa



EJECUTANDO MANDADOS ESENCIALES

Recuerde lavarse las manos o usar desinfectante de manos con frecuencia al hacer mandados.

COVID-19



GCHD.ORG/CORONAVIRUS

COMPRAS

Evite comprar en persona cuando sea posible, pida alimentos y artículos esenciales para la entrega o recogida en la acera.

Use una cubierta facial.

Distancia social y permanecer al menos a 6 pies de distancia de los demás.

Si está en alto riesgo, vea si la tienda tiene horas especiales para personas con mayor riesgo.



COMIDA PARA LLEVAR/ ENTREGAS DE ALIMENTOS

Limite el contacto en persona.
Pague en línea cuando sea posible, solicite un servicio sin contacto y distancia social cuando sea posible.



BANCO

Bancaria en línea cuando sea posible. Utilice cajeros automáticos o servicios de conexión en coche.



CONSEGUIR GASOLINA

Use guantes o utilice toallitas desinfectantes para limpiar las manijas y botones antes de usarlos.



CORREO Y PAQUETES

Después de recibir paquetes, comida para llevar a casa o recoger correo, lavarse las manos o usar desinfectante de manos.



VISITAS A FARMACIAS

Limite las visitas en persona, llame a las recetas por delante cuando sea posible, use ventanas de drive-thru y vea acerca de obtener un suministro mayor para reducir el número de viajes.



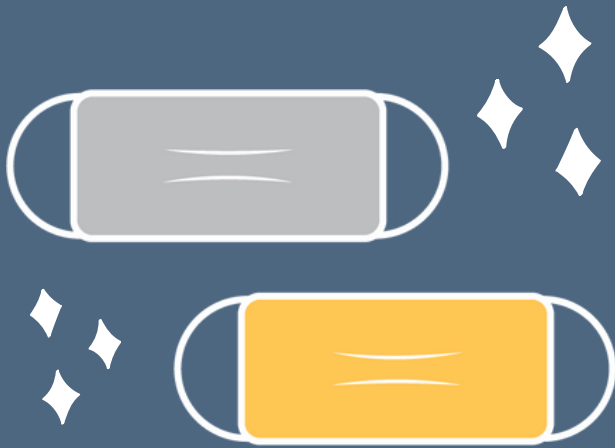
Examina a los empleados cada día para detectar síntomas



CONSEJOS PARA NEGOCIOS

COVID-19

Animar el uso de revestimientos faciales con empleados y clientes y proporcionarlos si es necesario



Asegúrese de que los empleados practiquen una buena higiene de las manos



Tener desinfectante de manos disponible para empleados y clientes



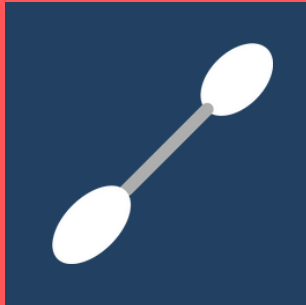
Desinfectar con frecuencia durante del día



Promueva el distanciamiento social en su negocio



PRUEBA 101



PRUEBA COVID-19 (PCR)

Esta prueba de hisopo nasal viral le indica si tiene una infección actual.

- **Un resultado positivo** significa que actualmente tiene una infección
- **Un resultado negativo** de la prueba significa que probablemente no estaba infectado en el momento en que se recogió la muestra

Sin embargo, eso no significa que no se enfermará. El resultado de la prueba solo significa que no tenía COVID-19 en el momento de la prueba.

Los resultados suelen estar disponibles en 24-72 horas.



PRUEBA DE ANTICUERPOS

Este análisis de extracción de sangre que le permite saber si ha estado expuesto al coronavirus.

Un resultado positivo de la prueba de anticuerpos significa que anteriormente tenía o tiene COVID-19. La única manera de saber si usted tiene una infección actual es hacerse la prueba viral de COVID-19.

Todavía no sabemos si tener anticuerpos contra el virus puede proteger a alguien de infectarse de nuevo con el virus, o cuánto tiempo podría durar esa protección.

Los resultados están disponibles típicamente en 24-48 horas.

COVID-19



[GCHD.ORG/CORONAVIRUS](https://gchd.org/coronavirus)

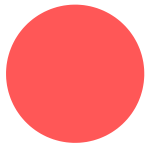
PRUEBAS GRATIS DE COVID-19 Y ANTICUERPOS PARA RESIDENTES DEL CONDADO DE GALVESTON

utmb Health

**LLAME AL
832.632.6731
para una cita**



Se requiere una identificación emitida por el gobierno para mostrar un comprobante de residencia.



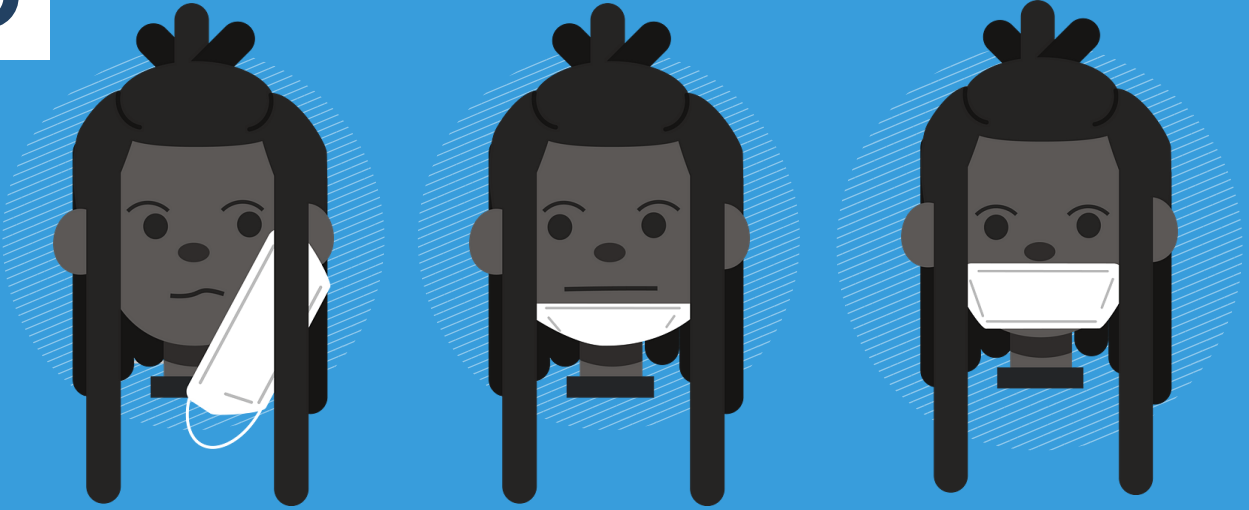
CARES Act requiere que las compañías de seguros paguen las pruebas COVID-19. Si tiene seguro, se le cobrará sin costo de bolsillo.



Las pruebas para aquellos que no tienen seguro de una circunstancia diferente se pagarán a través de fondos de la ley federal CARES Act.



NO



SÍ



GCHD.ORG/CORONAVIRUS