COVID-19
CORONAVIRUS DISEASE 2019

10 maneras de manejar los síntomas respiratorios en casa.

Si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar, llame a su proveedor médico. Es posible que le indique cómo cuidarse en su casa. Siga estos consejos:

1. **Quédese en casa** y no vaya al trabajo, a la escuela ni a otros lugares públicos. Si tiene que salir, evite usar ningún tipo de transporte público, transporte compartido o taxis.

2. **Vigile sus síntomas** cuidadosamente. Si sus síntomas empeoran, llame a su proveedor médico de inmediato.

3. **Descanse y manténgase hidratado.**

4. Si tiene una cita médica, **llame al proveedor de atención médica** con anticipación y dígale que tiene o cree que tiene COVID-19.

5. En caso de una emergencia médica, llame al 911 y **avísele al personal que atienda la llamada** que tiene o quizás tiene COVID-19.

6. **Cúbrase la boca al toser o estornudar.**

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

8. En la medida de lo posible, **quédese** en una habitación específica, **lejos de las demás personas** en su casa. Además, si es posible, use un baño que sea solo para usted. Si necesita estar cerca de otras personas dentro o fuera de la casa, use una mascarilla.

9. **Evite compartir artículos personales** como platos, toallas y ropa de cama, con las demás personas en su casa.

10. **Limpie todas las superficies** que se tocan con frecuencia, como mostradores, mesas y perillas de las puertas. Utilice aerosoles o toallitas de limpieza para el hogar de acuerdo con las instrucciones del fabricante.

TEXAS Health and Human Services | Texas Department of State Health Services

Para ver la información más reciente, visite: **dshs.texas.gov/coronavirus-sp/**