Lo que debe saber acerca del COVID-19 para protegerse, y para proteger a otros

¿Qué es la enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19)?

COVID-19 es una enfermedad causada por un virus que puede contagiarse de persona a persona. El virus que provoca el COVID-19 es un nuevo coronavirus que se ha esparcido en todo el mundo. Los síntomas varían de una enfermedad leve, a una severa. Las personas también pueden ser asintomáticas (no tener síntomas) y pueden contagiar el virus a otros.

¿Cómo se contagia el COVID-19?

El virus se contagia principalmente de persona a persona. Usted puede infectarse por:

- Tener contacto cercano (alrededor de 6 pies, o la longitud de dos brazos) con una persona que tiene COVID-19.
- Gotas respiratorias cuando una persona infectada tose, estornuda o habla.
- Tocar una superficie que tiene el virus, y después tocarse la boca, la nariz o los ojos.

Practique el distanciamiento social.

Compre sus comestibles y medicamentos, vea al médico, y realice sus actividades bancarias en línea tanto como sea posible.

- Si tiene que salir en persona, permanezca a por lo menos a 6 pies de distancia de otros.
- Siempre utilice cubiertas de tela para cubrirse la boca y la nariz.

Conozca su riesgo para una enfermedad severa.

- Todos están en riesgo de contagiarse de COVID-19.
- Los adultos mayores, y las personas de cualquier edad que tienen condiciones médicas preexistente pueden estar en mayor riesgo de padecer una enfermedad más severa.

¿Cómo puedo protegerme y proteger a otros del COVID-19?

Actualmente no hay una vacuna para protegerse contra el COVID-19. La mejor manera de protegerse a sí mismo es evitar exponerse al virus que causa la enfermedad COVID-19.

- Quédese en casa tanto como sea posible y evite el contacto cercano con otros.
- Utilice una cubierta de tela para cubrirse la nariz y la boca en público.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante por lo menos 20 segundos. Utilice desinfectante para manos con base de alcohol que contenga un 60% de alcohol si no hay agua y jabón disponibles.
- Limpie y desinfecte superficies que se tocan con frecuencia.

Prevenga el contagio de COVID-19 si está enfermo.

Quédese en casa si está enfermo, excepto para recibir cuidado médico si lo necesita.

- Evite el transporte público, los taxis, o compartir viajes en auto con otras personas.
- Sepárese de las otras personas y de las mascotas que viven en su hogar.
- Si necesita atención médica, llame antes de visitar a su proveedor médico para que puedan tomar las precauciones apropiadas.

SNHD Southern Nevada Health District

Para información y recursos adicionales de COVID-19 visite:
www.snhd.info/covid

Rev. 7-13-2020