

# COVID-19 | Proteja a sus seres queridos y a sí mismo

## Educación para el paciente

### Si está enfermo o piensa que ha tenido contacto

No todos necesitan hacerse la prueba.

Si sus síntomas son leves permanezca aislado en su casa.

Si piensa que ha tenido contacto o tiene alguna pregunta sobre el COVID-19 llame a la línea de emergencia del COVID-19.

**Carolina del Norte**

Línea de emergencia  
del COVID-19: 866-462-3821

24 horas al día, siete días a la semana

**Duke**

Línea de emergencia  
del COVID-19: 919-385-0429

8:00 a.m. to 8:00 p.m., siete días a la semana

### Durante su aislamiento

Puede conectarse con familiares y amigos por teléfono o computadora. Manténgase en cuarentena por 14 días, o por 14 días después del último potencial contacto.

### Quédese en casa, excepto si necesita atención médica

Limite las actividades fuera del hogar, excepto para recibir atención médica. No vaya al trabajo, escuela o áreas públicas. No use transporte público, taxis, ni comparta su auto.

## Si necesita atención médica



### Llame antes de acudir al médico

- Si sus síntomas empeoran (por ejemplo, si tiene dificultad respiratoria) y necesita un médico, llame primero.
- Le pueden dar instrucciones especiales para que el médico lo pueda atender bien mientras protege a los demás.
- Si le indican que vaya a una instalación médica, use mascarilla si tiene.
- Si no tiene mascarilla, pida una al llegar.



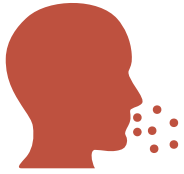
### Considere una consulta en línea

- Duke Health Anywhere es un sistema de uso solamente en línea para conectarse con un médico de guardia desde cualquier dispositivo móvil o computadora que tenga cámara.
- Su consulta virtual es segura y se le brindará atención en alrededor de 10 minutos.
- Regístrese en : [DukeHealth.org/Anywhere](https://DukeHealth.org/Anywhere)
- Para mayor información visite [DukeHealth.org](https://DukeHealth.org)

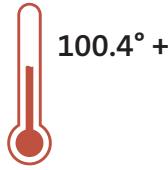
# COVID-19 | Proteja a sus seres queridos y a sí mismo

## Educación para el paciente

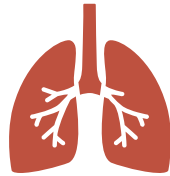
### Los síntomas del COVID-19 incluyen:



Tos



Fiebre



Dificultad respiratoria



El virus usualmente se contagia por contacto cercano con personas, a través del aerosol producido por la tos y el estornudo.

14  
days



Los síntomas se pueden presentar dentro de 14 días del contacto con la enfermedad.



### Si necesita llamar al 911

Si tiene una emergencia médica infórmele al despachador que usted ha sido evaluado o está siendo evaluado por COVID-19. Si es posible póngase una mascarilla antes de que llegue el personal de emergencia.

Para los empleados del DUHS, contacte a Employee Health para recibir instrucciones sobre el regreso al trabajo. Para mayor información consulte DUHS Intranet.

Actualizado en marzo del 2020.

### La mejor manera de protegerse



Lávese las manos, exhaustiva y frecuentemente, con jabón y agua, por al menos 20 segundos. Si no hay agua use sanitizante a base de alcohol.



Tosa o estornude en un pañuelo descartable o la flexura del codo. Luego bote el pañuelo a la basura.



Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca sin antes lavarse las manos. Inmediatamente lávese las manos o use sanitizante a base de alcohol.



Evite el contacto cercano con personas enfermas, que estén tosiendo o estornudando.



Quédese en casa si está enfermo. Aléjese de las personas y animales de su casa. Si es posible permanezca en una habitación específica lejos de las personas y los animales de su casa.



Limpie y desinfecte las superficies y objetos que toquen frecuentemente.



Solo use mascarilla si tiene síntomas respiratorios o está atendiendo a alguien con síntomas respiratorios.



**DukeHealth**