

AYUDE A DISMINUIR EL CONTAGIO DEL COVID-19



www.dupagehealth.org 630.682.7400



Introducción

El Departamento de Salud del Condado de DuPage (DCHD) comprende la importancia de disminuir el contagio del nuevo coronavirus 2019 (COVID-19) para proteger a nuestras comunidades. Muchas personas quieren pasar tiempo con sus amigos y familia, viajar y disfrutar de muchas otras actividades. Sin embargo, es necesario continuar haciendo nuestra parte para protegernos a nosotros y a otros al tomar medidas de seguridad que disminuyan el contagio del virus y que nos ayuden a regresar a la normalidad.

Este folleto le brinda información sobre lo que puede hacer para quedarse en casa y ayudar a disminuir el contagio del COVID-19.

Fuente:

Centers for Disease Control and Prevention
(CDC) www.cdc.gov

AYUDE A DISMINUIR EL CONTAGIO DEL COVID-19

**MANTENERSE
A SALVO
EN DUPAGE**

SIGA ESTOS CONSEJOS

SEPA CUÁNDO QUEDARSE EN CASA

RESPONDA LA LLAMADA

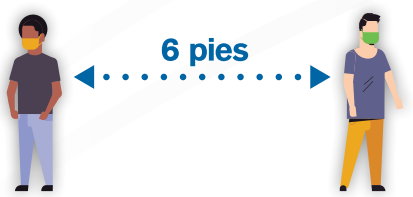
Use Mascarilla

Las mascarillas ayudan a prevenir que las personas que tienen COVID-19 contagien el virus a otros. ¡Incluso antes de mostrar síntomas! Las mascarillas funcionan mejor cuando se usan correctamente y cuando la mayoría de las personas las utilizan en público.



Su mascarilla debe cubrir su boca y nariz. Debería también estar ajustado en su cara y no debería tener válvulas de exhalación o de ventilación.

Mantenga Distancia



Mantenga una distancia segura de al menos 6 pies (cerca del largo de 2 brazos) con otras personas que no vivan con usted, tanto en espacios abiertos como cerrados.

Lávese las Manos

Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos o use sanitizante de manos, especialmente después de haber estado en un lugar público, o después de sonar su nariz, de toser o estornudar.



Cómo Lavarse las Manos:

1. Mójelas / 2. Coloque jabón / 3. Frótelas por al menos 20 segundos / 4. Enjuague / 5. Séquelas

Aislamiento

Cualquiera que tenga COVID-19 o que lo sospeche, necesita aislarse y permanecer en casa, a la espera de atención médica. Si es COVID-19 positivo, o si es negativo, pero tiene síntomas similares a COVID-19, quédese en casa y limite el contacto con otros.



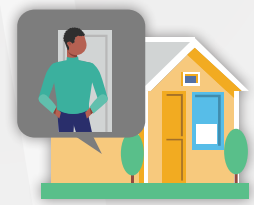
Esto ayuda a evitar que alguien propague el virus a otras personas sin saberlo.

Es seguro dejar el aislamiento cuando:

- Han pasado al menos 10 días desde la aparición de los síntomas (o desde la fecha en que recibió el primer resultado positivo si no tiene síntomas) Y
- No ha tenido fiebre por al menos 24 horas sin tomar medicamentos antifebriles Y
- Sus síntomas (por ejemplo tos, falta de aliento) han tenido mejorado.

Cuarentena

Cualquier persona que haya tenido contacto estrecho* con una persona que tiene COVID-19 debe hacer cuarentena y quedarse en casa, excepto para recibir atención médica. Durante este tiempo, controle su temperatura dos veces al día y vigile si tiene síntomas de COVID-19.



** Los contactos estrechos son personas que estuvieron a 6 pies (2 metros) durante 15 minutos o más con una persona con COVID-19, o tuvieron contacto directo con los fluidos que despidió una persona con COVID-19, o tuvieron contacto físico directo con una persona con COVID-19, o están cuidando de alguien enfermo con COVID-19.*

Es seguro dejar la cuarentena cuando hayan pasado al menos 14 días desde su último contacto con una persona con COVID-19 y permanece saludable, sin síntomas.



El personal de DCHD se está comunicando con las personas que tienen COVID-19 y sus contactos estrechos*. En estas llamadas, se aseguran de que cualquier persona que tenga COVID-19 y sus contactos estrechos tengan la ayuda necesaria para aislarse o hacer la cuarentena de forma segura. Haga su parte. Responda la llamada y bríndele a nuestro personal la información necesaria para ayudar a disminuir el contagio del COVID-19 en nuestras comunidades.



Responda la llamada si ve el número (312) 777-1999 o el Identificador de llamada: IL COVID HELP

Si pierde la llamada, devuélvala llamando al (312) 777-1999 para hablar con un miembro del personal de DCHD.

La información que comparte con los trabajadores de la salud pública es CONFIDENCIAL. Esto significa que su información personal y médica se mantendrá en privado.

Es importante tener en cuenta que el personal de DCHD siempre llamará desde el número (312) 777-1999, proporcionará su nombre y nunca pedirá lo siguiente:

- Dinero
- Información de la cuenta bancaria o la tarjeta de débito o crédito
- Número de seguro social (SSN)
- Estado de inmigración

