

## Hoja informativa pública COVID-19

Actualización: 3/19/2020

- ¿Qué necesito saber?
  - El COVID-19 es un nuevo virus que infecta a personas de todo el mundo, incluyendo a los residentes de Iowa
  - No hay vacuna
  - La enfermedad se propaga principalmente de persona a persona, entre personas que entran en contacto cercano (a menos de 6 pies)
  - Los síntomas importantes son fiebre, tos, dificultad para respirar
  
- ¿Qué está pasando en Iowa?
  - El COVID-19 se está extendiendo en las comunidades de Iowa. Para detener esta propagación, se pide a los residentes de Iowa que eviten grandes grupos de personas.
  - La situación está cambiando rápidamente. Los funcionarios están trabajando para limitar la propagación del virus y para hacer frente a consecuencias como la sobrecarga del sistema de atención de la salud, la falta de servicios de guardería y la pérdida de ingresos.
  - El gobernador ha recomendado que las escuelas cierren hasta el 13 de abril de 2020. Póngase en contacto con su escuela local para determinar las fechas para que los estudiantes regresen. Las comidas escolares y otros recursos pueden estar disponibles. Consulte con su escuela local.
  - Todos los bares y restaurantes están cerrados al público. Los restaurantes y bares pueden ofrecer servicios de traslado, envíos y autoservicio.
  - Otras instalaciones como gimnasios, piscinas y teatros están cerradas.
  
- ¿Qué debo hacer?
  - Lávese las manos a menudo con agua y jabón, durante al menos 20 segundos. Asegúrese de lavarse entre los dedos.
  - Usar jabón es lo mejor, pero también puede usar desinfectante para manos con al menos 60% de alcohol.
  - Evite tocarse la cara.
  - Estornude en el codo o en un pañuelo.
  - Evite el contacto con personas sintomáticas.
  - Limpie y desinfecte los objetos que se tocan con frecuencia, como las manijas de las puertas y los teléfonos móviles.
  - NO salude a las personas con un apretón de manos, un beso, un abrazo u otra manera que requiera una proximidad cercana.
  - Evite grupos mayores de 10 personas, incluso en su casa si es posible.
  - Limite los viajes a lugares públicos como tiendas a solo lo necesario.
  - Conéctese con familiares y amigos a través de mensajes de texto, correo electrónico, teléfono, etc. Comuníquese todos los días con familiares, amigos o vecinos ancianos que puedan vivir solos. Si necesita ir a verlos a su hogar, mantenga una distancia mínima de seis pies y use guantes protectores para evitar la propagación del virus.

- ¿Quién está en mayor riesgo?
  - Personas mayores de 65 años
  - Personas que viven en un hogar de ancianos
  - Mujeres embarazadas
  - Personas con afecciones médicas subyacentes como cardiopatías, diabetes y enfermedades pulmonares
  - Para obtener información completa: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/specific-groups/high-risk-complications.html>
  
- ¿Qué debo hacer si tengo fiebre, tos o dificultad para respirar?
  - Llame a su proveedor de atención médica
  - Si no tiene un proveedor regular de atención médica, comuníquese con su agencia local de salud pública o llame al 2-1-1
  - No salga en público
  - Permanezca en una habitación específica lejos de los demás
  - Evite el contacto cercano
  
- ¿Qué pasa cuando alguien se hace la prueba?
  - Si un proveedor de atención médica determina que usted debe someterse a la prueba de COVID-19, le dará instrucciones sobre cómo llegar a hacerse la prueba
  - La prueba es un hisopado nasal. No es doloroso, pero puede causar molestias
  - El hisopo será enviado a un laboratorio. Los laboratorios usan kits de prueba especiales para realizar la prueba.
  - Su proveedor de atención médica se pondrá en contacto con usted en un plazo de 1 a 2 días para darle los resultados.
  - Mientras espera sus resultados, debe aislarse en su hogar. Su proveedor le dará instrucciones específicas.
  
- ¿Cuánto costará la prueba?
  - Llame a un Centro de Salud Comunitario. Los Centros de Salud Comunitarios ofrecen atención a costos reducidos, en función de la capacidad de pago. Encuentre un Centro de Salud Comunitario aquí: <https://www.iowapca.org/why-chc/chc-locations>
  - Llame con anticipación si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar. Esto ayudará a la clínica a tomar medidas para evitar que otras personas se infecten o se expongan.