

# BIENVENIDO

## Información sobre el COVID-19



**U.S. Department of  
Health and Human Services**  
Centers for Disease  
Control and Prevention

---

# **¡Bienvenido!**

**Este paquete tiene como fin ayudarlos a usted y a su familia a mantenerse sanos durante la pandemia del COVID-19 después de su llegada a los Estados Unidos. Conserve este paquete ya que contiene información importante para que usted y su familia sigan y sepan sobre el COVID-19.**

---

El COVID-19 es una enfermedad causada por un virus que puede propagarse de persona a persona. Se han reportado casos de COVID-19 y muertes por esta enfermedad en la mayoría de las comunidades de los Estados Unidos. Los Gobiernos estatales y locales tienen diferentes reglas con relación al COVID-19 y es posible que algunos requieran que quienes hayan viajado recientemente se queden en casa por 14 días. El administrador de su caso en la agencia de reubicación lo ayudará a encontrar información sobre el COVID-19 correspondiente a su nueva comunidad.

Usted puede contraer el COVID-19 durante sus viajes. Podría sentirse bien y no tener ningún síntoma, pero aún propagar el COVID-19 a los demás. Usted y sus acompañantes de viaje (incluidos los niños) pueden propagar el COVID-19 a otra gente, como su familia, amigos y la comunidad durante 14 días después de haber estado expuestos al virus que lo causa.

## Por lo tanto, tome estas precauciones para protegerse a sí mismo y a los demás.



**Quéedese en casa lo más posible durante los primeros 14 días después de su llegada.** Para encontrar consejos sobre cómo satisfacer de un modo seguro las necesidades básicas de su hogar dentro de la comunidad local, vea "Hacer las diligencias esenciales" en su idioma. <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/communication-toolkit.html>



**Evite estar cerca de personas con mayor riesgo de enfermarse gravemente con el COVID-19.** Para informarse más sobre quiénes tienen un mayor riesgo, vea "Personas que tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente" en su idioma. <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/communication-toolkit.html>



**Cuando esté alrededor de otras personas, manténgase a por lo menos 2 metros (6 pies) de distancia de quienes no formen parte de su hogar. Es importante hacerlo en todas partes, tanto en exteriores como en interiores.**



**Use una mascarilla para mantener la nariz y la boca cubiertas cuando esté fuera de su casa.**



**Lávese las manos con frecuencia o use un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol.**



**Vigile su salud: esté atento por si tiene síntomas del COVID-19 y tómesela temperatura si se siente enfermo.**



**Si se enferma, llame antes de ir a ver a un médico.**

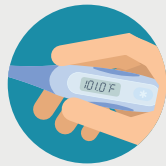


**Comuníquese con el administrador de su caso en la agencia de reubicación si tiene preguntas.**

## ESTÉ ATENTO A LOS SÍNTOMAS DEL COVID-19, QUE PUEDEN INCLUIR:



Los síntomas pueden ser de leves a graves y pueden aparecer de 2 a 14 días después de que haya estado expuesto al virus que causa el COVID-19. Esta lista no incluye todos los síntomas posibles. Llame a su médico si tiene algún síntoma que sea grave o que le preocupe.



**Vigile su salud: esté atento por si tiene síntomas del COVID-19 y tómesese la temperatura si se siente enfermo. Fiebre es cuando se tiene una temperatura de 100.4 °F/38 °C o más alta.**

**Con el COVID-19, la fiebre puede venir e irse, y algunas personas podrían ni siquiera tenerla. La fiebre es menos probable en las personas que tienen otras afecciones subyacentes, los adultos mayores, o quienes toman ciertos medicamentos para bajar la fiebre, como ibuprofeno, acetaminofeno o paracetamol.**

**\*Busque atención médica de inmediato si alguien tiene signos de advertencia de una emergencia del COVID-19.**

- Dificultad para respirar
- Dolor o presión persistentes en el pecho
- Estado de confusión de aparición reciente
- No puede despertarse o permanecer despierto
- Labios o cara azulados

**Si se enferma y tiene fiebre, tos u otros síntomas de COVID-19:**



**Quédese en casa.** Evite el contacto con otras personas hasta que sea seguro que usted termine su aislamiento en casa.



**Usted podría tener COVID-19;** la mayoría de las personas pueden recuperarse en casa sin atención médica.



**Llame al administrador de su caso en la agencia de reubicación** si necesita ayuda, como contar con un intérprete para hablar con un médico.



**Manténgase en contacto con su médico.** Si está preocupado por sus síntomas, llame o mande un mensaje de texto antes de ir al consultorio del médico o a una sala de emergencias. Mencione su viaje reciente y síntomas.



**Si tiene un signo de advertencia de una emergencia (como dificultad para respirar), llame al 911** para obtener atención médica de urgencia inmediatamente. Mencione su viaje reciente y síntomas.



**Si vive con otras personas en un espacio reducido, tome precauciones adicionales para protegerlos.**

Averigüe cuándo puede estar cerca de otras personas después de haber tenido, o de que sea probable que haya tenido, COVID-19.

Obtenga más información en <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/end-home-isolation.html>.

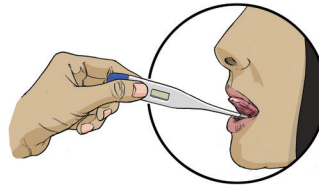
**Para obtener más información sobre el COVID-19 en su idioma, visite <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/communication-toolkit.html>.**

1



Prenda el termómetro  
oprimiendo el botón que  
está cerca de la pantalla.

2



Mantenga la punta del  
termómetro debajo de la lengua  
hasta que suene. No muerda  
el termómetro.

3



Lea la temperatura que  
aparezca en la pantalla.

4



Anote su temperatura.

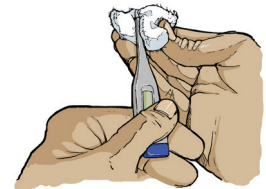
5



**Nota:** en el caso de un niño  
menor de 4 años, póngale el  
termómetro debajo del brazo,  
en el centro de la axila.

Dígale al personal de salud  
pública o al médico que usted  
le está tomando la temperatura  
de esta manera al niño.

6



Limpie el termómetro  
con agua y jabón o con  
una toallita de alcohol.

## DÓNDE OBTENER AYUDA

Llame al administrador de su caso en la agencia de reubicación si tiene preguntas o necesita ayuda con algo. Anote la dirección de contacto de esta persona abajo.

### Información de contacto del administrador de su caso en la agencia de reubicación

Nombre:

Número de teléfono:



Para obtener más información sobre el COVID-19 en su idioma, visite <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/communication-toolkit.html>.

