

**Tengo coronavirus
(COVID-19).**

New River Valley
PUBLIC HEALTH
TASK FORCE

¿Qué debería hacer?

Quédese en casa

No vaya a lugares públicos
(trabajo, escuela, supermercado, farmacia,
transporte público, etc.)
ni visite a familiares o amigos.

Si no tiene un cuarto/área separada disponible.

• Evite interactuar con otros y manténgase a 6 pies/ 2 metros de distancia • Use una máscara mientras se encuentre con otras personas • Duerma solo

Quédese en un área separada de su casa.

• Quédese en una habitación separada y use un baño separado.
• Solicite a los miembros de su hogar que le dejen comida y otras necesidades en la puerta de su habitación.

Si usted no tiene un baño separado

• Desinfecte el baño después de usarlo

Identifique a persona(s) que no vivan en su hogar y que puedan ayudarle

• Amigos, miembros de su iglesia, voluntarios y otros que no vivan con usted y le puedan ayudar comprando alimentos y/o recogiendo medicamentos de la farmacia

Si nadie me puede ayudar con estas tareas

• Utilice servicios de entrega/delivery disponibles (supermercado, farmacia)

Practique buena higiene

• Lávese las manos con agua y jabón durante 20 segundos (cante la canción de "Cumpleaños Feliz")
• Evite tocarse la cara

Detenga la propagación del virus en su hogar:

• Desinfecte los objetos o áreas que toca con frecuencia
• No comparta platos, vasos, utensilios de cocina, ropa de cama, toallas, etc.

Monitoree sus síntomas

• Tómese la temperatura dos veces al día (mañana y noche)
• Tenga en cuenta cualquier cambio en sus síntomas (fiebre, tos, pérdida del gusto u olfato, fatiga, dolor de cabeza, diarrea, etc.)
• Si necesita atención médica, llame a su doctor y avísele que ha estado expuesto a COVID-19

Contáctenos si usted necesita nuestra ayuda

Línea directa de New River Health District (Salud Pública)
PHONE: (540) 267-8240

Horarios de atención: 8am-8pm (lunes-viernes);
8 am-12 pm (sábado); 12pm-4pm (domingo)

**NO REQUERIMOS
número de seguro
social, datos bancarios,
estatus migratorio o
seguro de salud**