

Instrucciones para Cuidados en el Hogar para Infecciones Respiratorias Leves Después de la Evaluación de Servicios de Emergencia

Usted fue evaluado(a) por los paramédicos y se consideró que sus síntomas son lo suficientemente leves en este momento como para recomendar autoaislamiento o cuarentena en su hogar. La mayoría de las infecciones respiratorias, como los resfríos, la gripe y la enfermedad del coronavirus (COVID-19), causan una enfermedad leve que puede mejorar con los cuidados adecuados en el hogar y sin la necesidad de ver a un proveedor.

TRATAMIENTO Y ATENCIÓN MÉDICA

Tratamiento

No hay ningún tratamiento específico para la mayoría de los virus, incluidos los que causan el resfrío común y los que causan la enfermedad del coronavirus, o COVID-19. A veces hay tratamiento para los virus que causan la gripe, si se dan al inicio de la enfermedad. Los antibióticos tratan infecciones causadas por bacterias, pero no funcionan contra los virus. La mayoría de las personas se recuperan sin tratamiento de esos virus, incluido el coronavirus que causa la enfermedad COVID-19. Esto es lo que puede hacer para mejorar:

- Descansar
- Tomar abundantes líquidos
- Tomar medicamentos de venta libre para el resfrío y la gripe para bajar la fiebre y disminuir el dolor. Siga las instrucciones en el envase, a menos que su médico le haya dado otras instrucciones. Tenga en cuenta que esos medicamentos no “curan” la enfermedad, y por eso no evitan que usted propague los gérmenes.
- No se debe dar a los niños medicamentos que contengan aspirina (ácido acetilsalicílico) porque puede causar una enfermedad rara, pero grave, llamada síndrome de Reye. Algunos de los medicamentos *sin* aspirina son acetaminofén (Tylenol®) e ibuprofeno (Advil®, Motrin®). No se debe dar a los niños de menos de 2 años ningún medicamento de venta libre para el resfrío sin hablar primero con un médico.

Buscar atención médica

Debe buscar atención médica si no mejora en una semana, o si los síntomas empeoran.

Es mejor llamar antes por teléfono para hablar sobre sus síntomas, si es posible. Eso puede permitirle recibir por teléfono los consejos que necesita. Al evitar una visita a un centro de atención de la salud, se protege usted del contagio de una nueva infección y protege a otras personas del contagio de una infección que usted tiene. Si visita un centro de atención de la salud, póngase una máscara para proteger a otros pacientes y al personal.

Hay otros recursos y listas de control disponibles llamando al Departamento de Salud de Ohio o en su sitio web:
1-833-4-ASK-ODH (1-833-427-5634)

coronavirus.ohio.gov



Translation Courtesy Of:
Affordable Language Services
www.AffordableLanguages.com

Se recomienda que busque atención médica o que llame al 911 inmediatamente si tiene síntomas graves como:

- Dificultad para respirar, falta de aire
- No puede mantener ningún líquido porque vomita
- Deshidratación
- Confusión
- Otros síntomas graves

PROTEGER A OTRAS PERSONAS

Siga estos pasos para ayudar a evitar que la enfermedad se propague a otras personas en su hogar y en su comunidad.

Quédese en su casa si está enfermo(a)

- Quédese en su casa, no vaya al trabajo, ni a la escuela ni a áreas públicas.
- Quédese en su casa durante al menos 24 horas después de que los síntomas hayan desaparecido sin el uso de medicamentos para bajar la fiebre.

Si tiene que salir de su casa mientras está enfermo(a), intente evitar el uso de transporte público, viajes compartidos y taxis. **Use una máscara si es posible siempre que esté cerca de otras personas.**

Manténgase lejos de otras personas y animales en su hogar

- Manténgase en una habitación específica y alejado(a) de otras personas en su hogar tanto como sea posible • Use un baño aparte, si es posible.
- Intente estar al menos a 6 pies de distancia de otras personas.
- No toque mascotas ni otros animales mientras esté enfermo(a).

Cubra su tos y estornudos

- Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo de papel cuando tosa o estornude. Deseche los pañuelos usados en un recipiente de basura con una bolsa; lávese las manos inmediatamente.

Evite compartir artículos del hogar personales

- No comparta platos, vasos, tazas, cubiertos, toallas ni sábanas o mantas con otras personas ni mascotas en su hogar. Lávelos muy bien con agua y jabón después de cada uso.

Lávese las manos con frecuencia

- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no hay disponible agua y jabón, límpiense las manos con un desinfectante a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol, cubriendo todas las superficies de las manos y restregándolas una contra la otra hasta que las sienta secas. Use agua y jabón si las manos están visiblemente sucias.

Limpie todos los días todas las superficies que se tocan con frecuencia

- Las superficies que se tocan con frecuencia incluyen superficies de apoyo, mesas, pestillos de puertas, objetos en los baños, inodoros, teléfonos, teclados, tablets y mesas junto a la cama. Limpie también todas las superficies que puedan tener líquidos corporales en ellas. Use un rociador con producto para limpieza del hogar, siguiendo las instrucciones en el producto.