

## Instrucciones Del Alta Médica

Gracias por visitar Harbor-UCLA. Después del examen, nuestro equipo médico considera que usted se encuentra en condiciones seguras para volver a casa. Muchos virus pueden causar síntomas de resfriado (fiebre, tos, secreción nasal, dolores de cabeza y dolores corporales). En la mayoría de los casos, los síntomas mejoran en 5 a 7 días y los pacientes no necesitan permanecer en el hospital.

El nuevo coronavirus (COVID-19) es similar a otros virus. Sabemos que las personas con enfermedades cardíacas, enfermedades pulmonares, diabetes, mujeres embarazadas y ancianos están en mayor riesgo.

### ***Lo que debe saber sobre el COVID-19:***

- La mayoría de las personas con el COVID-19 tienen síntomas leves.
- Algunas personas están infectadas y no tienen síntomas.
- La infección puede durar de 2 a 6 semanas.
- COVID se propaga entre personas que están en contacto cercano entre sí.
- Manténgase alejado de otras personas enfermas, especialmente si usted no está enfermo.
- Los niños con COVID-19 tienen síntomas leves.
- NO HAY MEDICAMENTOS PARA TRATAR EL COVID-19.
- Estar vacunado contra la gripe no le impide contraer el COVID-19, pero le ayuda a prevenir la gripe.

### ***Qué debe hacer (siga estas instrucciones durante 3 días después de que la fiebre desaparezca):***

- Si se siente bien (sin síntomas de resfriado), no necesita ver a un médico.
- Si tiene tos o secreción nasal, quédese en casa para no propagar el virus a otras personas.
- Si está enfermo, no vaya al trabajo, a la escuela, ni vaya de compras. Evite viajar en autobús.
- Tosa o estornude en el interior del codo, use pañuelos limpios y use una máscara si está disponible. Si usa las manos para cubrirse la boca o la nariz al toser o estornudar, láveselas inmediatamente.
- Lávese las manos con frecuencia, especialmente antes de comer. Use agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no hay jabón disponible, se puede usar gel de alcohol.
- Trate de no tocarse la cara (ojos, nariz o boca).
- Utilice toallitas desinfectantes en todas las superficies (teléfonos, mostradores, asas, accesorios de baño, inodoros, teclados, etc.).
- Si otras personas en su hogar no están enfermas, trate de mantenerse al menos a 6 pies de distancia de ellos (dormir en una habitación separada si es posible) y no comparta tazas, utensilios, toallas o sábanas.
- No visite a ancianos o pacientes con afecciones médicas.

### ***Cuando debe ver a su médico (llame con anticipación para decirle que está en camino):***

- Si está embarazada, es mayor de 65 años, tiene asma, diabetes, enfermedades cardíacas, cáncer o un sistema inmunitario débil:
- Si sus síntomas están empeorando:
- Si usted no está mejorando, incluso después de estar enfermo durante una semana; y
- Si tiene problemas para respirar, vomita y no puede comer, tiene un fuerte dolor de cabeza, se siente confundido o no puede orinar.
- Si se siente muy enfermo llame al 911.