



# NAPA VALLEY COAD

## COVID-19

### Guía de Preparación



La información que tenemos indica que la mayoría de los casos de Corona Virus 2019 son leves, sin embargo, aproximadamente el 16% de los casos han experimentado síntomas graves. Las personas mayores y aquellas con problemas de salud existentes (por ejemplo, enfermedades cardíacas y pulmonares) parecen correr mayor riesgo. Los síntomas incluyen fiebre, tos y sensación de falta de aire. El virus se transmite principalmente de persona a persona, pero puede vivir en superficies por un tiempo. Las siguientes pautas pueden ayudar a limitar la propagación del COVID-19.

#### HIGIENE



- Lávese las manos con jabón frecuentemente durante 20 segundos
- Use toallitas desinfectantes para áreas comunes y en tiendas
- Use gel con base de alcohol para las manos si no hay otra opción
- Evite tocarse la cara
- Evite tocar superficies públicas o darse la mano; use su nudillo o brazo cuando sea posible

#### CUANDO ESTÁ ENFERMO



- Practique buena higiene cuando esté enfermo y tosa:
- Tosa o estornude en el ángulo interno del brazo o use un pañuelo desechable y tírelo a la basura inmediatamente
  - Llame antes de ver a su médico y describa sus síntomas
  - Quédese en casa si está enfermo para evitar la transmisión de cualquier enfermedad

#### OTRAS MEDIDAS QUE PUEDE TOMAR



- Cuide y visite a sus parientes y vecinos mayores, ya que son más vulnerables al virus.
- Tenga un suministro de elementos esenciales en su hogar, incluyendo medicamentos, pañales, productos de limpieza y alimentos básicos.
- Actualmente, las máscaras se recomiendan sólo para personas enfermas para limitar la exposición a los demás. En este momento los suministros de máscaras deben priorizarse para los proveedores de atención médica.

**Recuerde mantener la calma y siga la guía de preparación. La mayoría de los casos parecen ser leves.** Visite la página web de Salud Pública del Condado de Napa para obtener información actualizada, incluyendo enlaces para el Centro para el Control de Enfermedades (CDC): <https://www.countyofnapa.org/2739/Coronavirus>

