

# GUÍA DEL COVID-19 del Eastern Shore de Virginia

## SÍNTOMAS DE COVID-19 - ¡ACTUALIZADO!

Los síntomas reportados por personas con COVID-19 varían desde aquellos que presentan síntomas leves hasta quienes se enferman gravemente.

Los síntomas pueden aparecer 2 a 14 días después de la exposición al virus. Las personas con estos síntomas o combinaciones de síntomas pueden tener COVID-19:

- Tos
- Dificultad para respirar (sentir que le falta el aire)

*O al menos dos de estos síntomas:*

- Fiebre
- Escalofríos
- Temblores y escalofríos que no ceden
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Dolor de garganta
- Pérdida reciente del olfato o el gusto

Los niños tienen síntomas similares a los de los adultos y por lo general la enfermedad es leve.

**Esta lista no incluye todo. Consulte a su proveedor de servicios médicos por cualquier otro síntoma grave o que lo preocupe.**



Eastern Shore  
Rural Health  
System  
INCORPORATED  
*Quality Family Healthcare*

## Qué Hacer Si Cree Que Puede Tener COVID-19:

Si usted tiene síntomas de Coronavirus que requiere atención médica, por favor llame a su doctor ANTES de ir al consultorio de su doctor.

**Si sus síntomas son severos y cree que necesita tratamiento de emergencia, por favor llame a la sala de emergencias del Hospital Riverside Shore Memorial ANTES de entrar 757-302-2350.**

Al llamar antes ayudara a proteger a usted y los profesionales médicos del virus.

Si tiene síntomas no relacionados con COVID que amenazan la vida o las extremidades, la sala de emergencias de Riverside está listo para ayudarle y le mantendrá a salvo del virus.

**Si estas en alto riesgo de COVID-19 y necesita alimentos y recetas médicas entregadas:**

Shore Delivery Corps ofrece un servicio de entrega gratuito. Llame al 757-801-9950 o visite [shoredelivery.org](http://shoredelivery.org) para obtener información. Debe pagar los alimentos y las recetas médicas antes que sean entregados.

## Qué Hacer Si Su Resultado Es Positivo Para COVID-19: Un Mensaje De Su Departamento De Salud:

Si padece síntomas de COVID-19, es importante que avise a todas las personas con las que haya permanecido a menos de 6 pies de distancia durante más de 10 minutos mientras estuvo enfermo, incluidas las 48 horas previas a la aparición de los síntomas.

1. Documente el día, la fecha y la hora en que comenzaron sus síntomas.
2. Haga una lista de todas las personas que estuvieron en su hogar desde que se enfermó.
3. Escriba los nombres de otros contactos cercanos desde el trabajo, en un automóvil, dentro o cerca de su hogar y en otros lugares.
4. Llame o envíe un mensaje de texto a todos sus contactos para informarles que está enfermo. Informales que el Departamento de Salud recomienda:

- Quedarse en casa por 14 días desde la última vez que interactuó con la persona enferma.
- Evite el contacto con otras personas (no comparta artículos personales y evite compartir el baño y el dormitorio, si es posible).
- Mantenga distancia con los demás (al menos 6 pies), use una mascarilla o cubierta facial de tela, lávese las manos con frecuencia, limpie y desinfecte las superficies de contacto frecuente todos los días.
- Si se enferma, siga las instrucciones anteriores y avise a todos con quien tuvo contacto cercano. También deben llamar a su proveedor de servicios médicos para informarles que estuvieron expuestos a alguien con COVID-19 y que ahora están enfermos.