

RECURSOS DEL PACIENTE PARA CORONAVIRUS (COVID-19) SINTOMAS E INFORMACIÓN

A continuación hay una lista de recursos disponibles para ayudarlo a controlar sus síntomas.

OGDEN REGIONAL MEDICAL CENTER

Ogden Regional Medical Center tiene una herramienta de detección en línea para evaluar su riesgo y recibir la recomendación de atención más adecuada según sus síntomas. Visitar www.ogdenregional.com/covid-19 o llamar (801) 479-2111.

INTERMOUNTAIN HEALTHCARE

Intermountain Healthcare tiene un verificador de síntomas en línea y puede proporcionarle información sobre el manejo y las pruebas de los síntomas. Visitar intermountainhealthcare.org/covid19-coronavirus para utilizar sus herramientas en línea. También puede contactarlos por teléfono al (844) 442-5224.

Intermountain Healthcare también proporciona telemedicina a través de Connect Care lo que le permite hablar con un proveedor de atención médica desde la comodidad de su hogar. Para utilizar este servicio, visite www.intermountainhealthcare.org/get-care-now.

UTAH CORONAVIRUS INFORMACIÓN

El estado de Utah proporciona a los ciudadanos actualizaciones de información sobre el coronavirus a través de su sitio web en coronavirus.utah.gov. También puede llamar a su línea directa de información sobre Coronavirus al (800) 456-7707.

WEBER-MORGAN DEPARTAMENTO DE SALUD

El Departamento de Salud de Weber-Morgan tiene actualizaciones locales de Coronavirus e información en su sitio web en www.webermorganhealth.org/coronavirus. Si no tiene hogar, puede comunicarse con el Departamento de Salud de Weber-Morgan en (801) 647-5471 para asistencia adicional.

CENTRO DE ESTADO UNIDO PARA EL CONTROL DE ENFERMEDADES (CDC)

Para obtener la guía federal más reciente sobre el coronavirus, visite www.cdc.gov/coronavirus.

10 maneras de manejar los síntomas respiratorios en casa

Si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar, llame a su proveedor de atención médica. Es posible que le recomienden manejar el cuidado de su salud en casa. Siga estos consejos:

- 1. Quétese en casa.** no vaya al trabajo ni a la escuela, y evite visitar otros lugares públicos. Si debe salir, evite usar transporte público, vehículos compartidos o taxis. 
- 2. Monitoree sus síntomas** con mucha atención. Si sus síntomas empeoran, llame de inmediato a su proveedor de atención médica. 
- 3. Descanse y manténgase hidratado.** 
- 4. Si tiene una cita médica, llame al proveedor de atención médica** antes de asistir, e infórmele que tiene o podría tener COVID-19. 
- 5. Si tiene una emergencia médica, llame al 911 y avísele a la operadora** que tiene o podría tener COVID-19. 
- 6. Cúbrase la boca al toser o estornudar.** 
- 7. Lávese las manos frecuentemente** con agua y jabón durante al menos 20 segundos, o límpiase las manos con algún desinfectante de manos a base de alcohol, que contenga alcohol de 60 % mínimo. 
- 8. En la medida de lo posible, quétese en una habitación específica y alejese de las demás personas** que viven en su casa. Además, de ser posible, debería utilizar un baño separado. Si debe estar en contacto con otras personas o fuera de su casa, use una mascarilla. 
- 9. Evite compartir artículos personales** con las demás personas en su casa, como platos, toallas y ropa de cama. 
- 10. Limpie todas las superficies** que se tocan frecuentemente, como los mostradores de cocina, las mesas y las perillas de las puertas. Use aerosoles o paños de limpieza para el hogar de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta. 



CS 15582D-A 08/12/2020

Para obtener más información: www.cdc.gov/COVID19-es

“Mantente seguro, quédate en casa”