

Lo que necesita saber: Nuevo coronavirus (COVID-19)

19 de marzo de 2020

Denver Health está aquí para ayudarle a mantenerse informado con información fiable y apoyo para usted y la comunidad de Denver.

Para preguntas generales: Línea de ayuda de Colorado 1-877-462-2911 o 303-389-1687

Si está enfermo: Línea de Enfermería de Denver Health 303-739-1211

** Debido al elevado número de llamadas en la Línea de Enfermería debido al brote de COVID-19, use nuestro portal del paciente en MyChart ([iOS](#)) ([Android](#)) si tiene preguntas de atención médica generales o para comunicarse con su proveedor de atención médica.

Le recordamos que debe ir a la sala de urgencias solo en situaciones en que su vida esté en peligro.

¿Cuáles son los síntomas?

Casi todos los pacientes con COVID-19 tienen síntomas leves semejantes a los del resfrío común o la gripe. Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición y pueden ser:

- fiebre, tos o dificultad para respirar.

Si está enfermo

- Llame con antelación antes de visitar a un médico o visitar una sala de urgencias o una clínica.
- Dígale cuáles son sus síntomas y que cree que estuvo expuesto a una persona con COVID-19.
- Conserve la calma. La mayor parte de la gente que se contagia de COVID-19 sufre síntomas leves y no necesita atención médica.
- Casi todas las personas se recuperan con descanso, muchos líquidos y tomando medicamentos para el dolor y que bajen la fiebre.

Filtrado automático en hospitales y clínicas

- Por su seguridad y la de nuestro personal y visitantes aplicamos acceso controlado y filtrado de síntomas en todos nuestros centros de atención hospitalaria.
- Llame antes de venir para ver a un médico o visitar una sala de urgencias.
- Le pedimos que prevea 15 minutos antes de su cita para pasar por el proceso de filtrado.

Si necesito hospitalización, ¿puedo recibir visitantes?

- Por desgracia, no.
- Preferimos errar por exceso de precaución para el beneficio de nuestros pacientes, visitantes y personal, por lo que no se permiten visitantes en el hospital en este momento.
- Se harán excepciones según el caso para circunstancias especiales o en unidades del hospital específicas.

Recomendaciones de los CDC para cubrebocas:

- Si no está enfermo, no use un cubrebocas.
- Solo las personas con síntomas de COVID-19, deberán usar cubrebocas, para ayudar a prevenir la propagación de la enfermedad.

Acciones con las que puede prevenir COVID-19

- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón, use desinfectante para manos con al menos 60% de alcohol.
- Evite tocarse los ojos, nariz y boca.
- Al toser o estornudar cúbrase con un pañuelo desechable y luego tire el pañuelo a la basura. Use la parte interna del codo si no dispone de pañuelos desechables.
- Permanezca en casa si está enfermo y mantenga a sus hijos en casa si están enfermos.

Si se siente enfermo, llame a la Línea de Enfermería de Denver Health 303-739-1211

- Limpie las superficies de su casa y los artículos personales como teléfonos celulares, usando productos de limpieza doméstica comunes.

Desinfección

- Puede ser posible contagiarse de COVID-19 tocando una superficie u objeto que tenga el virus y luego tocarse la mano, nariz o posiblemente los ojos.
- Limpie todas las superficies “de contacto frecuente” como perillas todos los días con un desinfectante casero que tenga la marca “EPA Approved” (Aprobado por la EPA).

Distanciamiento social: 6 pies de distancia a una persona con síntomas

- Para enfermarse, tiene que exponerse al virus. Los CDC definen la exposición como estar a menos de 6 pies (2 metros) de una persona que tenga COVID-19 durante un tiempo prolongado.
- La exposición puede ocurrir por gotitas respiratorias; cuando una persona infectada tose o estornuda, de manera semejante a como se propaga la gripe y otras enfermedades respiratorias.

¿Debo cancelar mi cita programada?

- Si tiene síntomas como tos, fiebre o dificultad para respirar, llame antes de venir a Denver Health.
- Es posible que se pida a los pacientes con síntomas que se mantengan a 6 pies de distancia o más o salgan de los espacios públicos.

Poblaciones de alto riesgo.

Las poblaciones con riesgo más alto deberán alejarse de los grupos de gente grandes y evitar el contacto cercano con otros. Entre las personas consideradas de alto riesgo están:

- Personas de 70 años o más.
- La gente con sistemas inmunitarios comprometidos o problemas de salud subyacentes como enfermedades respiratorias, del corazón o los pulmones y diabetes.
- Personas que hayan tenido contacto cercano directo con alguna persona con COVID-19.

Recuerde

- Es normal sentir temor o preocupación al enterarse del brote de una enfermedad, incluso cuando tiene un bajo riesgo de enfermarse. Tenga cuidado de no enojarse con las personas que se enfermaron. Pregúntese:
 - “¿Opinaría o haría yo lo mismo con una enfermedad diferente, como la gripe?”
 - “¿Lo que estoy haciendo hace que la gente esté más segura o crea más temor?”
- El riesgo de COVID-19 no tiene relación con raza, etnicidad ni nacionalidad. Culpar a otros no ayuda a combatir la enfermedad. Lo que sí ayuda es buscar y compartir información precisa.

Manténgase informado

- Para las respuestas en muchos idiomas como inglés (English), español, o mandarín (普通话), llame a la Línea de ayuda de Colorado al 303-389-1687 o al 1-877-462-2911.
- Salud Pública de Denver: denverpublichealth.org/Coronavirus
- Salud Pública de Colorado: covid19.colorado.gov
- Centros para el Control de Enfermedades: cdc.gov/coronavirus/index.html o [CDC COVID-19 FAQ](https://www.cdc.gov/media/releases/2020/s110320-covid-19-faq.html)
- Departamento de Salud Pública y Medio Ambiente de Colorado: denvergov.org/content/denvergov/en/environmental-health/news/coronavirus-info.html

Si se siente enfermo, llame a la Línea de Enfermería de Denver Health 303-739-1211