

# 10 maneras de manejar los síntomas respiratorios en casa

Si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar, llame a su proveedor de atención médica. Pueden indicarle que administre su atención desde casa. Siga estos consejos:

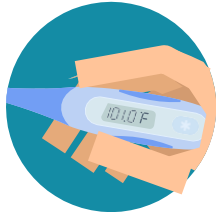
**1. Permanezca en casa**

del trabajo, la escuela y lejos de otros lugares públicos. Si tiene que salir, evite usar cualquier tipo de transporte público, ridesharing, o taxis.



**2. Supervise sus síntomas**

cuidadosamente. Si sus síntomas empeoran, llame a su proveedor de atención médica inmediatamente.



**3. Descanse y manténgase hidratado.**



4. Si tiene una cita médica, **llame al proveedor de atención médica** con antelación y dígales que tiene o puede tener COVID19.



5. Para emergencias médicas, llame al 911 y **notificar al personal de despacho** que tiene o puede tener COVID19.



**6. Cubra su tos y estornudos.**



7. **Lávese las manos con frecuencia** con agua y jabón durante al menos 20 segundos o limpie sus manos con un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos un 60% de alcohol.



8. Todo lo posible, **quédese** en una habitación específica y **lejos de otras personas** en su casa. También, usted debe utilizar un cuarto de baño separado, si está disponible. Si necesita estar cerca de otras personas dentro o fuera de la casa, póngase una máscara.



9. **Evite compartir artículos personales** con otras personas en su casa, como platos, toallas y sábanas.



10. **Limpie todas las superficies** que se tocan a menudo, como contadores, mesas y pomos de las puertas. Utilice aerosoles o toallitas de limpieza para la casa según las instrucciones de la etiqueta.

