



Estimado paciente:

Como seguramente ya sabe, el Coronavirus (COVID-19) ha llegado a Nueva York. En estos momentos, queremos proporcionarle algunos datos básicos. Sabemos que estos eventos reciben mucha atención y que muchas personas se pueden alarmar con las noticias que se reportan.

Aquí hay algunos datos básicos:

- **La mayoría de las personas que contraen COVID-19 no van a requerir hospitalización.** Los síntomas son por lo general leves y le permiten recuperarse en casa.
- **Los pasos que necesita tomar para protegerse del COVID-19** son generalmente los mismos contra la influenza: lavarse las manos y practicar la buena higiene.
- **Si NO ha viajado a un área afectada por el COVID-19 o si no ha estado en contacto cercano con alguien que tenga COVID-19, y desarrolla problemas respiratorios,** usted probablemente tiene una enfermedad de la temporada como el flu, no el COVID-19
- **Pida ayuda médica** si sufre de falta de aliento, deshidratación severa u otros problemas médicos severos.

Más información:

El riesgo total de una enfermedad seria causada por el Coronavirus es muy bajo. Más del 98% de los pacientes que tienen el Coronavirus no van a sufrir efectos críticos ni su vida está en riesgo.

Un número pequeño de pacientes puede desarrollar neumonía y algunas de estas personas van a requerir hospitalización. Las personas que corren el mayor riesgo de esto son las personas mayores y aquéllas con condiciones médicas crónicas, como diabetes y enfermedades cardiovasculares.

Padres – es natural preocuparse por sus pequeños, pero hasta ahora, la gran mayoría de los niños que han contraído la enfermedad tienen una leve enfermedad de las vías respiratorias superiores o no desarrollan para nada la enfermedad de este virus.

¡La mejor forma de luchar contra el Coronavirus es no contagiarse! Y la mejor forma de no contraerlo es a través de la **buena higiene**:

- Lávese las manos frecuentemente por lo menos 20 segundos con agua tibia. Si no hay agua o jabón a su disposición, use un alcohol en gel para manos
- Cúbrase la boca cuando estornude o tosa con el codo o con un pañuelo y después tírelo a la basura.
- Evite tocarse los ojos, nariz o boca con las manos sin lavar.
- Enséñele a sus hijos a tener buena higiene también.
- No le dé la mano a las personas este invierno- ellas entenderán.
- Quédese en casa si no se siente bien.
- Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que toca con frecuencia.

Si desarrolla síntomas parecidos al flu- pero si no le falta el aliento, lo mejor que puede hacer por usted y por su comunidad es quedarse en la casa.

Si se siente muy mal y tiene problemas para respirar, no se tarde en buscar cuidado médico. Si no puede llegar a la sala de emergencia de su área, llame al 911. Advértale al 911 que corre el riesgo del coronavirus (por haber viajado a China, Italia, Corea del Sur, Iran o Japón en los últimos 14 días, o si estuvo en contacto directo con alguien que sabe que tiene el virus).

Como siempre, usted es bienvenido a nuestros centros de salud si le preocupan estos problemas o cualquier otro de su salud. Solo venga o haga una cita por medio de nuestra página web, o llame al 1-844-HRH-CARE.

HRHCare quiere ofrecerle a todos sus pacientes información actualizada durante estos momentos difíciles. Favor de visitar nuestro sitio web www.hrhcare.org para recibir las últimas noticias.

Atentamente

Sus amigos en HRHCare