

¿Quién está en riesgo?

Todas las personas corren el riesgo de contraer el virus que causa COVID-19. Los adultos mayores y las personas con afecciones médicas subyacentes tienen más probabilidades de enfermarse gravemente si contraen COVID-19.

¿Cómo se Contagia?

El COVID-19 se transmite con mayor frecuencia de una persona infectada a otras a través de gotitas respiratorias.

Esto ocurre a través de:

- El aire al toser, estornudar, reír, cantar y hablar.
- Contacto personal cercano (abrazar, tocar, dar la mano)
- Tocar objetos o superficies con el virus y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos con las manos sin lavar.

Síntomas

Los síntomas pueden incluir:

- Fiebre/escalofríos
- Congestión o secreción nasal
- Tos
- Dolor de garganta
- Falta de aliento o dificultad para respirar
- Fatiga
- Dolores musculares o corporales
- Dolor de cabeza
- Nueva pérdida de sabor u olfato
- Náuseas o vómitos
- Diarrea



Recursos

Línea Directa de Nashua
COVID-19
603-589-3456

Sitio Web de Nashua COVID-19
NashuaNH.gov/COVID19

Sitio Web de COVID-19 Estado
de NH
NH.gov/COVID19

Sitio web de CDC COVID-19
CDC.gov/COVID19

Recursos de Vacunación
de NH
Vaccines.NH.gov

Apoyo y Recursos
211nh.org or dial 2-1-1

CONTÁCTENOS

Ciudad de Nashua
Division of Public Health &
Community Services

603-589-4500
NashuaNH.gov/DPHCS

COVID-19

Enfermedad Del Coronavirus 2019

COVID-19 es una
enfermedad respiratoria
causada por el virus
SARS-CoV-2.



- ✓ Conozca los hechos.
- ✓ Conozca los riesgos.
- ✓ Proteja su comunidad.



CITY OF NASHUA
Division of Public Health
& Community Services



Informando a una comunidad segura, saludable y resistente.

Prueba de COVID-19

Se recomienda realizar pruebas si:

- Tiene síntomas de COVID-19.
- Ha tenido contacto cercano o exposición a alguien con COVID-19.

Definición de Contacto Cercano o Exposición

Estar a menos de 6 pies de alguien que tiene COVID-19 durante 15 minutos o más, en total, a partir de 2 días antes de los síntomas (o 2 días antes de la prueba para personas sin síntomas) hasta el momento en que se aísla al paciente.

Se recomiendan las pruebas de 5 a 7 días después de la fecha de exposición. Quédese en casa mientras espera sus resultados.

Los recursos y la disponibilidad de las pruebas se pueden encontrar en NashuaNH.gov/COVID19.

Si Prueba Positivo

Si da positivo en la prueba de COVID-19, quédese en casa durante 10 días desde el inicio de los síntomas o, si no tiene síntomas, desde la fecha de la prueba del resultado positivo.

Mantenga un aislamiento estricto mediante:

- No visitar lugares públicos
- Distanciarse de los miembros del hogar
- No invitar a otros a su casa

Los miembros del hogar no vacunados deben permanecer en cuarentena durante el tiempo que dure su aislamiento, más 10 días adicionales después de que finalice su período de aislamiento. Todos los miembros del hogar deben monitorear su salud y hacerse la prueba si desarrollan algún síntoma.

Prevenir la Propagación

Siga las recomendaciones de salud pública.



Quédese en casa si está enfermo, excepto para recibir atención médica. Monitoree sus síntomas.



Vacúnese para prevenir la enfermedad, la hospitalización y la muerte por COVID-19.



Use una mascarilla que cubra su boca adentro de lugares públicos.



Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos.



Use desinfectante de manos con al menos un 60% de alcohol entre lavados de manos. Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.



Practique el distanciamiento social manteniéndose al menos a seis pies de distancia de las personas que no viven en su hogar.



Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia con productos de limpieza estándar.

Auto-Cuarentena

La cuarentena ayuda a prevenir la propagación de enfermedades.

- Los miembros del hogar no vacunados de una persona que da positiva debe estar en cuarentena durante 10 días después del último día de aislamiento de la persona infectada.
- Las personas que están completamente vacunadas NO están obligadas a ponerse en cuarentena después de la exposición.
- Las personas que experimentaron una exposición comunitaria (fuera del hogar) NO están obligadas a ponerse en cuarentena.
- Todas las personas que han estado expuestas deben vigilar los síntomas durante 14 días.
- Si presenta síntomas incluso leves, hágase la prueba de COVID-19.

Vacunar Para Proteger

Recibir la vacuna COVID-19 lo protege a usted, a sus seres queridos y a su comunidad.

- Las vacunas COVID-19 son seguras.
- Las vacunas **no pueden darle COVID-19**.
- Las vacunas son gratuitas.
- Los efectos secundarios son similares a los de la gripe después de la vacunación, como dolor de cabeza, fiebre y dolores musculares, son normales.
- Seguir las recomendaciones de dosis provee la mejor protección.



La combinación de vacunarse y seguir las recomendaciones de salud pública ofrece la mejor protección contra COVID-19.

Más Información: Vaccines.NH.gov