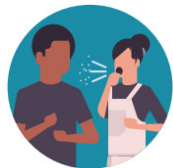


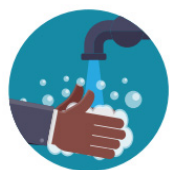
Prevención y Respuesta al COVID-19

¿Qué es Coronavirus (COVID-19)?

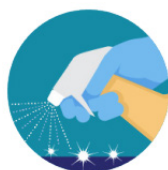


COVID-19 es una enfermedad causada por un virus que puede propagarse cuando estás cerca de una persona infectada al inhalar gotas de la tos, estornudar o hablar con ellos. Puede enfermarse al tocar una superficie o objeto que tiene el virus y luego se toca la boca, nariz o los ojos.

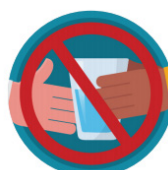
¿Cómo me protejo a mí mismo y a otros del COVID-19?



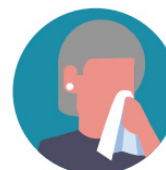
Lave sus manos frecuentemente con agua y jabón o use gel anti-bacterial cuando no pueda.



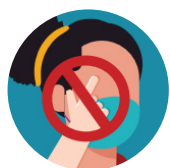
Limpie y desinfecte objetos y superficies que se tocan frecuentemente.



No comparta alimentos, bebidas u otros artículos.



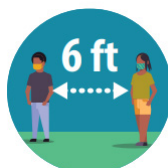
Cubra su tos o estornudo con un pañuelo o su manga, y luego lave sus manos o use gel anti-bacterial.



No toque sus ojos, nariz y boca.



Quédese en casa lo mas que sea posible. Trate de solamente salir por comida o medicamento si es absolutamente necesario.



Manténgase al menos a 6 pies (Aproximadamente 2 brazos) de otras personas y evite las reuniones.



No visite personas fuera de su hogar y limite cuantas personas viajan juntas en un carro.



Use un cubrebocas que cubra su nariz y boca en cualquier entorno cerrado y cuando tenga contacto con alguien que no sea parte de su hogar.

¿Cómo sé si estoy enfermo con COVID-19?

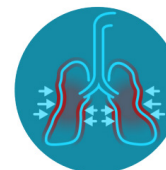
Algunas personas pueden tener otros síntomas como fatiga o pérdida de olfato. Hay personas que NO tienen ningún síntoma.



Fiebre



Tos



Dificultad Para Respirar /Falta de Aliento

¿Qué hago si estoy enfermo?



Llame al hospital para una evaluación. Si le recomiendan hacerse una prueba, una enfermera tomará una muestra de su nariz. Las pruebas pueden ser gratuitas. Pregunte sobre tarifas.



Quédese en casa. No salga al público. Mantenga su distancia entre usted y los miembros de su familia para evitar que se enfermen también.



Números de Detección Locales

Holland Hospital

(616) 394-2080

Se habla español de 9am-8pm

Spectrum Health

(616) 391-2380

Presione 2 para español

North Ottawa Hospital

(616) 935-7810

Español no siempre está disponible

Buscador de ubicaciones de pruebas en todo el estado
Michigan.gov/CoronavirusTest

¿Qué sucede cuando estoy enfermo con COVID-19?



Recibirá una llamada del Departamento de Salud Pública del Condado de Ottawa para preguntarle como está y si alguien más que conoce podría enfermarse. Por favor, regrese la llamada si no pudo contestar.



Quédese en casa y descanse. Departamento de Salud Pública del Condado de Ottawa para preguntarle como está y si alguien más que conoce podría enfermarse. Por favor, regrese la llamada si no pudo contestar.

¿Necesita Asistencia o Recursos Comunitarios?

Llame al 2-1-1 o Encuentre Comida en www.OttawaFood.org/FindFood

¿Preguntas sobre COVID-19?

Departamento de Salud Pública del Condado de Ottawa

616-396-5266 o www.miOttawa.org/miHealth

Videos de Actualizaciones en www.Facebook.com/OttawaCounty

¿Necesita ayuda con los Derechos de los Trabajadores?

Derechos de los Trabajadores Agrícolas - Manténgase Seguro en el Trabajo

1-800-968-4046 o www.michiganlegalhelp.org

Centro de Derechos de Inmigrantes de Michigan

1-734-239-6863 o www.michiganimmigrant.org/coronavirus-es/recursos

Cómo presentar una Queja de Salud y Seguridad Sobre el Trabajo

1-800-866-4374 o <https://safetyhealthhazards.apps.lara.state.mi.us>

