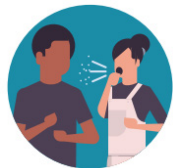


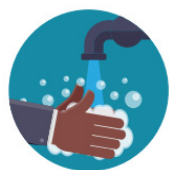
# Prevención y Respuesta al COVID-19

## ¿Qué es Coronavirus (COVID-19)?

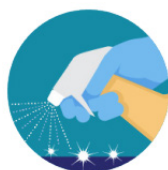


COVID-19 es una enfermedad causada por un virus que puede propagarse cuando estás cerca de una persona infectada al inhalar gotas de la tos, estornudar o hablar con ellos. Puede enfermarse al tocar una superficie o objeto que tiene el virus y luego se toca la boca, nariz o los ojos.

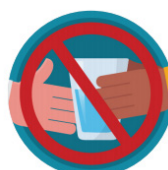
## ¿Cómo me protejo a mí mismo y a otros del COVID-19?



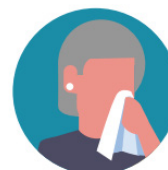
**Lave sus manos** frecuentemente con agua y jabón o use gel anti-bacterial cuando no pueda.



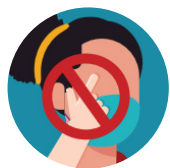
**Limpie y desinfecte** objetos y superficies que se tocan frecuentemente.



**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.



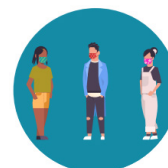
**No toque** sus ojos, nariz y boca.



**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?

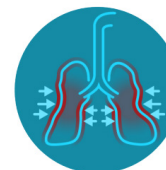
Algunas personas pueden tener otros síntomas como fatiga o pérdida de olfato. Hay personas que NO tienen ningún síntoma.



**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 descance.** 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](http://www.OttawaFood.org/FindFood)

### ¿Preguntas sobre COVID-19?

Departamento de Salud Pública del Condado de Ottawa

616-396-5266 o [www.miOttawa.org/miHealth](http://www.miOttawa.org/miHealth)

Videos de Actualizaciones en [www.Facebook.com/OttawaCounty](https://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](http://www.michiganlegalhelp.org)

Centro de Derechos de Inmigrantes de Michigan

1-734-239-6863 o [www.michiganimmigrant.org/coronavirus-es/recursos](http://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>

