



Enfermedad del Coronavirus 2019

Aprenda acerca de los síntomas y qué hacer si está enfermo

Para ver este documento en diferentes idiomas o en formato web, visite ph.lacounty.gov/covidcuidado

RESUMEN

Esta guía es para personas que tienen síntomas que les preocupan debido a COVID-19. Las personas con COVID-19 han tenido varios síntomas, que van desde síntomas leves hasta enfermedades graves. Los adultos mayores y las [personas que tienen condiciones médicas](#), como enfermedad cardíaca o pulmonar o diabetes, están en mayor riesgo de desarrollar complicaciones más graves por COVID-19. Algunas personas con COVID-19 no tienen síntomas.

IMPORTANTE: Si tiene síntomas de COVID-19 hable con un proveedor médico y obtenga una prueba para COVID-19. Quédese en casa para proteger a los demás hasta que obtenga el resultado de su prueba de COVID-19 o hasta que su proveedor le diga que no tiene COVID-19.

Si da positivo en la prueba de COVID-19 o su médico cree que tiene COVID-19, debe seguir de cerca las [Instrucciones de aislamiento en el hogar](#).

Si su prueba de COVID-19 es negativa o su proveedor le dice que no tiene COVID-19, quédese en casa hasta que no haya tenido fiebre sin la ayuda de medicamentos para reducir la fiebre durante al menos 24 horas.

Síntomas de COVID-19

Los síntomas pueden aparecer 2-14 días después de la exposición al virus y pueden incluir:

Fiebre y escalofríos	Dolores musculares o corporales
Tos	Dolor de cabeza
Falta de aire/dificultad para respirar	Dolor de garganta
Fatiga	Nausea o Vomito
Nueva pérdida de sabor u olor	Diarrea
Congestión o nariz que moquea	

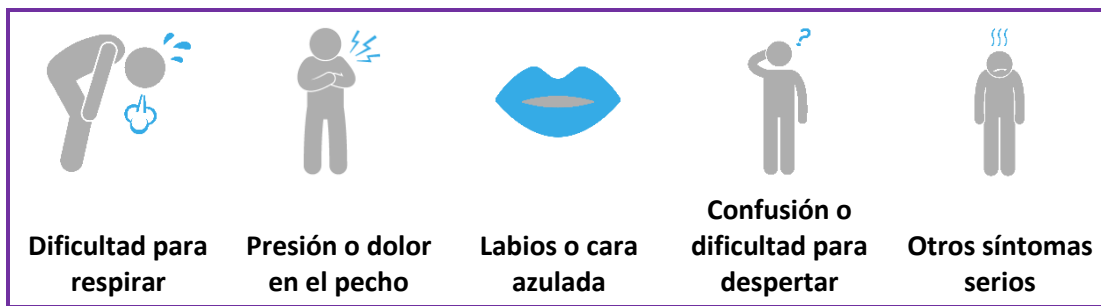
*Esta lista no incluye todos los síntomas posibles de COVID-19.
Algunas personas con COVID-19 nunca tienen síntomas.*



HAGASE UNA PRUEBA Y HABLE CON UN MÉDICO

- Si tiene alguno de los síntomas en la lista anterior, o cualquier síntoma que no esté en la lista que le preocupa, comuníquese con su proveedor de atención médica y hágase la prueba de COVID-19. Anote el día en que comenzaron sus síntomas.
- Si tiene 65 años o más o tiene un problema de salud como una enfermedad crónica o un sistema inmunológico débil, es particularmente importante que informe a su médico que tiene estos nuevos síntomas.
- Si necesita ayuda para encontrar un médico, llame a la línea de información del condado de Los Ángeles 2-1-1, que está disponible las 24 horas, los 7 días de la semana.
- Para hacerse una prueba de COVID-19, llame a su médico o visite lacounty.gov/testing, o llame al 2-1-1. Para obtener más información sobre las pruebas de COVID-19, haga clic [aquí](#).
- Busque atención médica inmediata si sus síntomas empeoran. Si pueden ser mortales, llame al 911.

Llame al 911 si hay señales de advertencia de emergencia



LIDIAR CON EL ESTRÉS

- Este es un momento preocupante y estresante. Visite [la página web de COVID-19](#) del Departamento de Salud Mental del Condado de Los Ángeles y la página web 211LA (<https://211la.org/resources/subcategory/mental-health>) para obtener recursos locales sobre las necesidades y preocupaciones de salud mental y bienestar. También encontrará orientación y recursos, incluyendo información sobre líneas directas de crisis, también están disponibles en la página web de los CDC [Sobrellevar el estrés](#).
- Las personas que viven en el condado de Los Ángeles tienen acceso gratuito a [Headspace Plus](#). Esta es una colección de recursos de atención plena y meditación en inglés y español, así como ejercicios de movimiento y sueño para ayudar a controlar el estrés, el miedo y la ansiedad relacionados con el COVID-19.
- Si necesita hablar con alguien sobre su salud mental, comuníquese con su médico o con la línea de ayuda las 24 horas al día, los 7 días a la semana del Centro de Acceso del Departamento de Salud Mental del Condado de Los Ángeles al (800) 854-7771, o llame al 2-1-1.