

Si usted en general, es saludable, de bajo riesgo y a tenido cualquiera do los siguientes síntomas:

- ☑ Tos
- ☑ Fiebre o escalofríos
- ☑ Dolor de cabeza
- ☑ Dolor muscular

Por favor.....

Permanezca en Casa



Control de Gotilla:

Cubra su boca y nariz con un pañuelo desechable cuando tosa o estornude.

Tosa en su brazo, no en sus manos.

Ponga su pañuelo usado en el cesto de basura.

Lávese las manos con jabón y agua caliente durante 20 segundos.

Lávese las manos con base de alcohol para limpiar las manos.

Cuidado Propio:

- ☑ **Reposo**
- ☑ **Líquidos**
 - Sin cafeína, Sin alcohol
 - Pequeñas tazas de agua o jugo
- ☑ **Consumo de sal**
 - Pequeñas tazas de sopas enlatadas
- ☑ **Tome medicamentos contra la fiebre en la siguiente manera**
 - Motrin (dosis recomendada)
 - Tylenol 4 horas más tarde
 - Motrin 4 horas más tarde
 - Tylenol 4 horas más tarde
 - Haga esto de 3 a 4 días

Cuándo ir al médico:

- Respira rápido o tiene problemas para respirar
- Piel azul
- Negarse a beber líquidos
- No despertar
- Niño demasiado irritable para ser cargado
- Sarpullido aparece
- Dolor o presión en el abdomen
- Mareos repentinos
- Confusión
- Vómitos grave o persistente
- Los síntomas mejoran y luego vuelven peor que antes