



# CÓMO HACER FRENTE A UN EVENTO DE SALUD PÚBLICA

## COVID-19 (coronavirus)

Si enciende la televisión, lee un periódico o entra a Internet, es probable que escuche noticias sobre el brote del coronavirus. La Organización Mundial de la Salud (OMS) informó oficialmente la existencia del nuevo virus el 9 de enero. Los síntomas del coronavirus son similares a los de una enfermedad respiratoria e incluye fiebre, tos, dificultad para respirar y, en algunos casos, puede producir la muerte. Hasta la fecha, se informaron casos en distintas partes de China y muchos otros países, incluidos casos confirmados en los Estados Unidos.

Si bien las personas pueden resultar afectadas de distintas maneras, existen muchos recursos de apoyo disponibles. Optum ofrece una línea de asistencia de apoyo emocional gratuita para todas las personas afectadas. Además, existen muchas herramientas y recursos de ayuda y desastre disponibles en [liveandworkwell.com](https://www.liveandworkwell.com). Inicie sesión en [liveandworkwell.com](https://www.liveandworkwell.com) con el código de acceso de HealthSafeID™ o de su compañía. Escriba la palabra clave “desastre” o busque la palabra destacada COVID-19 para participar en un seminario web.

### **Línea pública de crisis de Optum:**

Nuestra línea de ayuda de apoyo emocional, (866) 342-6892, no tiene cargo y se encuentra disponible para cualquier persona, con el fin de que pueda compartirla con familiares y amigos. Los profesionales atentos lo conectarán con los recursos. Permanecerá abierta las 24 horas del día, los siete días de la semana.

## Lo que debe saber

- En la actualidad, no existe una vacuna específica para prevenir el COVID-19 (coronavirus).
- Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) no recomiendan que el público general use mascarillas para prevenir la propagación de la COVID-19.
- Si le preocupa poder haber estado expuesto a la COVID-19, comuníquese con su proveedor de atención médica y controle su salud durante 14 días a partir de la última posible exposición.
- Si viajó a China o estuvo en contacto cercano con alguien que tiene COVID-19 y comienza a sentirse enfermo con fiebre, tos o dificultad para respirar en un plazo de 14 días, busque atención médica de inmediato. Primero llame e informe sobre su viaje reciente y sus síntomas. Evite el contacto con otras personas y siga las prácticas de prevención como se indica a continuación.
- No existe un tratamiento específico para la COVID-19. Si se infecta, recibirá atención complementaria que ayuda a aliviar los síntomas.
- Si se enferma de COVID-19, puede prevenir la propagación del virus si sigue los pasos que se enumeran en la página **Qué hacer si se enferma** del sitio web de los CDC.
- Puede mantenerse informado con la información más actualizada si visita la página **COVID-19 (coronavirus)** en el sitio web de los CDC.

## Lo que debe hacer

Para ayudar a protegerse a usted y a sus seres queridos, siga buenas prácticas de prevención, incluidas las siguientes:

- Lavarse las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos o usar un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos un 60 % de alcohol si no tiene agua y jabón disponibles.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca sin tener las manos lavadas.
- Evitar el contacto cercano o compartir tazas o utensilios de cocina con personas que están enfermas.
- Limpiar y desinfectar con frecuencia las superficies que se tocan.
- Cubrir la nariz y la boca con un pañuelo cuando tosa o estornude y, luego, tirar el pañuelo en el cesto de basura.

Fuente: Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades de los EE. UU. - <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

### Recursos de salud pública recomendados:

**Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de los EE. UU.** – <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

**Organización Mundial de la Salud (OMS):** – <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>

Optum no proporciona asesoría médica. La información y los enfoques terapéuticos de este artículo solo se proporcionan con fines informativos y/o educativos. No deben usarse en lugar de consultas clínicas profesionales para necesidades médicas individuales. Algunos planes de beneficios tal vez no cubran algunos tratamientos.

© 2020 Optum, Inc. Todos los derechos reservados. WF135745 75376-052018-REV