

# Transcripción del video **Cómo atender los síntomas de COVID-19 en casa**

La mayoría de los casos de COVID-19 son leves y tienen síntomas que incluyen fiebre, tos, dificultad para respirar, escalofríos, dolor de cabeza, dolor muscular, dolor de garganta o pérdida del sentido del gusto o del olfato.

No todos los que tienen COVID-19 presentan todos estos síntomas y esta lista no incluye todos los síntomas posibles. Consulte con su médico o clínica acerca de hacerse la prueba si tiene síntomas.

Aquí le presentamos unos consejos sencillos que le ayudarán a sentirse mejor en caso de que tenga que atender sus síntomas desde casa. Descanse mucho y haga actividades que requieran poco esfuerzo, como leer o ver una película.

Beba mucha agua y otros líquidos.

Si le duele la garganta, ingiera alimentos blandos, como sopa o merengadas.

Si normalmente toma algún medicamento recetado por su médico, siga tomándoselo, a menos que el médico le indique que deje de tomarlo.

Si tiene fiebre, tome algún medicamento que le ayude a bajarla, como acetaminofén, y siga las instrucciones del empaque.

Usted debería sentirse mejor en una o dos semanas.

Si sus síntomas empeoran, es hora de llamar a su médico o a la clínica. Por ejemplo, si tiene dificultad para respirar al caminar de una habitación a otra.

Si tiene fiebre de más de 100 grados durante varios días – aun tomando medicamentos para bajar la fiebre.

O si se siente demasiado enfermo para levantarse, comer, beber o ver televisión.

Su médico o la clínica le indicarán por teléfono si es necesario que vaya a verlos.

El riesgo de una enfermedad grave por COVID-19 aumenta con la edad. Si usted es un adulto mayor o tiene otra afección médica, indíquele a su proveedor de atención médica que está enfermo, ya que él puede ofrecerle recomendaciones más específicas para usted.

Se debe llamar al 911 en caso de tener una emergencia médica, como mucha dificultad para respirar, dolor o presión en el pecho, se siente aturdido, sus labios, encías, lengua, lecho ungueal (debajo de las uñas), o rostro tienen un tinte gris o azulado, o si su familia o amigos no pueden despertarlo. Indíquele al operador del 911 que usted tiene o puede tener COVID-19.

Atender sus síntomas en casa, si lo puede hacer, es una forma importante de reducir la propagación del COVID-19.

Para más información acerca de cómo protegerse y cómo proteger a su familia, visite [health.mn.gov](http://health.mn.gov).

Minnesota Department of Health  
Communications Office  
PO Box 64975 St. Paul, MN 55164-0975  
651-201-4989  
[health.communications@state.mn.us](mailto:health.communications@state.mn.us)  
[www.health.state.mn.us](http://www.health.state.mn.us)

8/3/20

Managing COVID-19 Symptoms at Home Transcript (Spanish)

To obtain this information in a different format, call: 651-201-4989