



### **La enfermedad del coronavirus (COVID-19)**

La enfermedad del coronavirus (COVID-19) es una enfermedad emergente que rápidamente ha infectado a miles de personas en todo el mundo. A partir del 10 de marzo, los EE. UU. cuentan con más de 700 casos a través de tres docenas de estados y el distrito federal de Washington. La Organización Mundial de la Salud declaró que la enfermedad del coronavirus (COVID-19) es una pandemia el 11 de marzo de 2020. Todavía se desconoce mucho acerca de la enfermedad y cómo se propaga, sin embargo, los Centros para el Control y las Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) advierten que las personas de edad avanzada y cualquier persona con problemas de salud subyacentes tienen un mayor riesgo de contraer los casos más severos del COVID-19.

Es fundamental que estas comunidades de alto riesgo, incluyendo aquellos que viven con lesiones de la médula espinal, chequeen los síntomas y sigan las medidas preventivas recomendadas para reducir la exposición.

## **Sea consciente de los síntomas:**

Los síntomas del COVID-19 incluyen:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad para respirar

**Si usted tiene cualquiera de estos síntomas, busque atención médica inmediatamente.** El Medicare Parte B cubrirá las pruebas para la enfermedad del coronavirus cuando son ordenadas por un doctor o proveedor de atención médica, efectivo el 4 de marzo de 2020. Para obtener más información, visite <https://es.medicare.gov/>.

## **Cómo reducir el riesgo de infección:**

- Lávese las manos frecuentemente con agua tibia y jabón durante al menos 20 segundos. Una demostración eficaz del lavado de manos según lo recomendado por la Organización Mundial de la Salud puede verse [aquí](#). Si el jabón y el agua no están disponibles, use un desinfectante a base de alcohol.
- No se toque los ojos, nariz y boca.
- Pídale a su cuidador que se lave las manos en cuanto llegue a su casa y antes de tocarlo o a sus alimentos.
- Evite las muchedumbres y los espacios públicos ocupados tanto como sea posible; aplace todos los viajes aéreos y cruceros hasta que el CDC indique que el virus ha seguido su curso.
- Trate de mantenerse por lo menos a un metro de distancia de cualquier persona que estornude o tosa.
- Si un miembro de su familia se enferma, tiene que mudarse a un cuarto separado si es posible, mientras se recupera para limitar su riesgo a la enfermedad.
- Limpie y desinfecte las superficies, manijas de puerta y cualquier otro objeto que toque con frecuencia (incluyendo los teléfonos, teclados y pantallas).

## **Cómo prepararse para los brotes de COVID-19 en su comunidad**

- Aprovechese de medicamento y artículos para el hogar importantes, incluyendo suministros médicos básicos, alimentos de despensa básicos y comida para mascotas para que pueda limitar salir de su hogar durante un brote local.

- Organice un cuidador secundario en caso de que su cuidador primario se enferme.
- Organice transportación secundaria en caso de que su proveedor local se vea afectado.

## **Recursos adicionales**

[ACL: ¿Qué deben saber los adultos mayores y las personas con discapacidad?](#) (Vea el enlace en español)

[CDC Coronavirus](#)

[Organización Mundial de la Salud: Nuevo coronavirus 2019](#)

[Respuesta del Gobierno Estadounidense ante el coronavirus \(COVID-19\)](#)

[Instituto de Salud Global: Coronavirus](#)

**La información mencionada en este mensaje es presentada con el propósito de educarle e informarle sobre la parálisis y sus efectos. Nada mencionado en este mensaje debe ser tomado como un diagnóstico o tratamiento médico. No debe reemplazar las instrucciones de su doctor o proveedor de salud. Si tiene preguntas sobre su salud por favor llame o visite a su doctor o proveedor de salud calificado inmediatamente. Siempre consulte con su doctor o proveedor de salud antes de comenzar un nuevo tratamiento, dieta o programa de bienestar. Nunca reemplace los consejos de su doctor o deje de buscar atención médica por algo mencionado en este documento.**

Este proyecto fue patrocinado en parte por el subsidio N.º 90PR3002 de la Administración para la Vida Comunitaria de EE. UU., Departamento de Salud y Servicios Sociales, Washington, D.C. 20201. Se alienta a los beneficiarios que emprenden proyectos con patrocinio oficial a expresar libremente sus hallazgos y conclusiones. Por lo tanto, los puntos de vista o las opiniones no representan necesariamente la política oficial de la Administración para la Vida Comunitaria.