

LO QUE NECESITA SABER SOBRE LAS ENFERMEDADES CRÓNICAS Y COVID-19

Cualquier persona se puede enfermar de COVID-19, pero las mayores de 65 años y aquellas con una condición crónica tienen mayor riesgo de empeorar o morir.

Usted está en mayor riesgo de enfermedad grave si tiene alguno de lo siguiente:

- Asma, enfermedad cardíaca o pulmonar
- Enfermedad renal o del hígado
- Diabetes
- Obesidad severa (índice de masa corporal [BMI] de 40 o más)
- Sistema inmunológico debilitado (incluyendo: VIH o sida mal controlado, tratamiento contra el cáncer, fumar)

Cómo controlar su enfermedad crónica durante el COVID-19

- Tome sus medicamentos prescritos a tiempo y como se lo indicó su proveedor de cuidados de salud (pregunte si puede obtener un suministro adicional de medicamentos en caso de que no pueda ir a la farmacia o clínica)
- Tómese tiempo para medirse la presión arterial si tiene hipertensión o medirse el azúcar en la sangre si tiene diabetes
- Use la opción de telemedicina/telesalud en lugar de ir a una visita médica regular (**si necesita ayuda de emergencia, llame al 911**)
- Tome decisiones más saludables para ayudar a mejorar su enfermedad crónica, como dejar de fumar, hacer más actividad física y comer comidas y meriendas nutritivas

Cómo protegerse



Lávese las manos con agua y jabón por 20 segundos.



Guarde 6 pies o más de distancia social entre usted y los demás



Limpie y desinfecte las superficies que toca con frecuencia



Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar



Quédese en casa si es posible y use una cubierta en la cara cuando esté en público

Para más información: austintexas.gov/covid19



APH Austin Public Health
PREVENT. PROMOTE. PROTECT.

05/01/2020