

# EL CORONAVIRUS Y LO QUE SIGNIFICA

## ¿Qué es el coronavirus?

Los coronavirus han existido por décadas y son mejor conocidos por causar enfermedades como la gripe común con síntomas como la tos, los estornudos y otros problemas respiratorios. A finales de 2019, se encontró un nuevo coronavirus. COVID-19 es la enfermedad causada por este nuevo coronavirus.

## ¿Qué es lo que puede hacer para mantenerse a usted y a los demás saludables?

Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, en inglés): Existen vacunas autorizadas y recomendadas para prevenir el COVID-19.

Vacunarse y seguir las recomendaciones de los CDC para proteger su salud y la de los demás es la mejor manera de prevenir el COVID-19. Es importante continuar con las acciones preventivas cotidianas para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias. Usted puede hacerlo siguiendo estas indicaciones:

- Manténgase al menos seis pies de distancia de las personas enfermas y de las personas que no viven en su hogar.
- No se toque los ojos, la nariz ni la boca.
- Quédese en casa si está enfermo.
- Cúbrase con un pañuelo al toser o estornudar, luego, tírelo a la basura.
- Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que use a menudo con la ayuda de un aerosol o con toallas húmedas que utilice habitualmente para la limpieza en su hogar.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón, al menos por 20 segundos, especialmente antes de comer, después de ir al baño y después de limpiarse la nariz, toser o estornudar.
- Si no tiene agua y jabón a su disponibilidad, use un desinfectante para manos con al menos 60% de alcohol. Lávese las manos con agua y jabón siempre que las tenga visiblemente sucias.
- Cúbrase la boca y la nariz con una mascarilla de tela cuando se encuentre en compañía de otras personas.
- Monitoree su salud diariamente y esté alerta para detectar los síntomas.

Si tiene alguna pregunta, comuníquese sin costo con un asistente personal de la salud de BCBSTX al **(800) 252-8039**, con atención de lunes a viernes, de 7:00 a. m. a 7:00 p. m., y los sábados, de 7:00 a. m. a 3:00 p. m., hora del centro.

## ¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

- fiebre o escalofríos
- pérdida reciente del gusto y del olfato
- tos
- dolor de garganta
- falta de aire o dificultad para respirar
- congestión o secreción nasal
- fatiga
- náuseas o vómito
- dolores musculares o corporales
- diarrea
- dolor de cabeza.

## ¿Qué debo hacer si creo que tengo COVID-19?

Antes de acudir a un consultorio médico o a una sala de emergencias, llame con antelación para informarles sobre cualquier viaje que haya hecho recientemente y sobre los síntomas que presenta.

## Obtenga más información

Para saber más sobre el COVID-19 y los servicios médicos incluidos en su cobertura de HealthSelect, visite <https://espanol-healthselect.bcbstx.com/medical-benefits/corona-virus>.

Los CDC le ofrecen información actualizada sobre el COVID-19 en <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>.

Para obtener información específica para residentes de Texas, visite el sitio web del Departamento Estatal de Servicios de Salud de Texas (DSHS, en inglés) en <https://www.dshs.texas.gov/coronavirus-sp/>



BlueCross BlueShield of Texas

Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: Coronavirus 2019 (COVID-19), <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>

Blue Cross and Blue Shield of Texas es el administrador externo de HealthSelect of Texas<sup>®</sup> y Consumer Directed HealthSelect<sup>SM</sup>.

Blue Cross and Blue Shield of Texas, a Division of Health Care Service Corporation, a Mutual Legal Reserve Company, an Independent Licensee of the Blue Cross and Blue Shield Association

754247.0822