

COVID-19 and the Flu

Lo que debe saber sobre el COVID-19 y la gripe



Los síntomas del COVID-19 y los de la gripe se parecen. Si presenta signos de alerta de emergencia, como dificultades para respirar, labios o cara azulados, dolor o presión persistentes en el pecho, confusión nueva o incapacidad de despertar/permanecer despierto, busque atención médica de emergencia inmediatamente.

Gripe	COVID-19
Fiebre	Fiebre o escalofríos
Tos	Tos
Dolor de garganta	Dolor de garganta
Goteo o congestión nasal	Goteo o congestión nasal
Dolores muscul. o corporales	Dolores musculares o corporales
Dolores de cabeza	Dolores de cabeza
Cansancio	Cansancio
	Falta de aire o dif. para respirar
	Pérdida de gusto u olfato nueva
	Náuseas o vómitos
	Diarrea

Los virus que causan el COVID-19 y la gripe son diferentes, pero se propagan de maneras similares. Las mejores formas de protegerse de estas enfermedades son estas:

- Vacunarse contra la gripe ahora mismo. Las vacunas contra la gripe se recomiendan para todos los mayores de 6 meses.
- Usar mascarilla y mantener 6 pies de distancia de quienes no forman parte de su grupo familiar. Limitar el contacto con personas que no viven con usted.
- Lavarse las manos con frecuencia.

Si tiene gripe:

- Quédese en su casa aislado durante al menos 7 días después del comienzo de la enfermedad
- Al menos 24 horas luego de que la fiebre y los síntomas respiratorios hayan desaparecido, lo que lleve más tiempo.

Si dio positivo por COVID-19 Y tiene síntomas:

- Quédese en su casa hasta que hayan pasado por lo menos 10 días desde que comenzaron los síntomas Y
- Hayan pasado 24 horas desde que desapareció la fiebre sin tomar medicamentos Y
- Los otros síntomas se hayan aliviado.

Si dio positivo por COVID-19 Y NO tiene síntomas:

- Quédese en su casa hasta que hayan pasado por lo menos 10 días de su resultado positivo.



Alameda County
Health Care Services Agency



Alameda County Public Health Department
Celebrating Healthy People in Healthy Communities

Colleen Chawla – Agency Director
Kimi Watkins-Tartt – Director
Nicholas Moss, MD – Interim Health Officer

Contact

Public Health Department:
(510) 267-8000 Main Line

COVID-19 Information:
(510) 268-2101

www.acphd.org