

## Línea directa sobre coronavirus de Geisinger: Llame a nuestra línea directa las 24 horas del día, los 7 días de la semana, (570-284-3657) para obtener respuestas sobre recomendaciones de cuidados y más.

### Centro de recursos de Geisinger sobre el coronavirus

Sabemos que el COVID-19 (causado por el nuevo coronavirus) es una gran preocupación para muchas personas. Geisinger está aquí para ayudar a nuestras comunidades a mantenerse seguras y sanas, dándole consejos y manteniéndolo informado de cómo protegerse y proteger a sus seres queridos.

Nuestra prioridad siempre ha sido la salud y el bienestar de nuestras comunidades. Si nos necesita, estamos aquí. Y estaremos siempre.

### Las cosas más importantes que usted puede hacer

Muchas personas con COVID-19 no están gravemente enfermas. Si tiene fiebre y tos o puede haber estado expuesto a alguien con el virus, póngase en contacto con su médico para que le dé instrucciones. Muchas personas de nuestra comunidad pueden tener mayor riesgo de enfermarse gravemente a causa del COVID-19, como las personas mayores de 60 años y las que tienen problemas de salud como diabetes, enfermedades del corazón y cáncer.

Si cada uno de nosotros hace su parte para frenar la propagación del COVID-19, podemos ayudar a reducir la cantidad de personas que podrían enfermarse gravemente al mismo tiempo. Eso permitirá que nuestros sistemas de salud locales y nacionales den una mejor atención a los pacientes con COVID-19.

1. **Practique el distanciamiento social.** No dé apretones de manos, evite las multitudes y manténgase, al menos, a 6 pies de distancia de otras personas.
2. **Lávese las manos con frecuencia.** Y durante al menos 20 segundos. También puede usar desinfectantes y toallitas a base de alcohol con al menos un 60 % de alcohol.
3. **Evite tocarse la cara.** Especialmente la boca, la nariz y los ojos. Además, **cúbrase la boca y la nariz al toser y estornudar** para detener la propagación de los virus, como el COVID-19, que se transmiten a través de gotitas.
4. **Mantenga las superficies limpias y desinfectadas** en su casa, la escuela y el trabajo.
5. **Si está enfermo**, quédese en casa y no vaya al trabajo o a la escuela, descanse, y tome mucho líquido.
6. **¿Cree que debe hacerse la prueba?** Si tiene síntomas que cree que pueden estar relacionados con el COVID-19, primero debe ponerse en contacto con su médico de cabecera, quien le puede aconsejar el tratamiento adecuado y, si es necesario, recomendar más pruebas. Geisinger solo hará pruebas a las personas que cumplan los criterios de los CDC para hacerse la prueba. También puede llamar a nuestra línea de triaje de enfermería las 24 horas del día, los 7 días de la semana, al 570-284-3657, si tiene preguntas sobre los síntomas o si necesita hacerse más evaluaciones o pruebas.
7. **Póngase la vacuna contra la gripe**, si aún necesita una, y programe una cita en uno de nuestros centros. Simplemente pídasela a su proveedor médico

Si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar, lo mejor que puede hacer es **llamar a su médico o a nuestra línea directa exclusiva las 24 horas del día, los 7 días de la semana**, atendida por enfermeros que tienen toda la información más reciente y pueden decirle todo lo que necesita saber.