



# CÓMO ACTUAR EN CASO DE SÍNTOMAS DE COVID-19

## Protocolo de actuación:

Saber cómo actuar nos puede ayudar a controlar mejor las situaciones que puedan surgir estos días y a prestar ayuda a las personas de nuestro entorno. En caso de tener síntomas (fiebre o tos o dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

- 1 Auto-aislarte**  
Habitación de uso individual con ventana manteniendo la puerta cerrada y baño individual.
- 2 Mantente Comunicado**  
Ten disponible un teléfono para informar de las necesidades que vayan surgiendo y puedas mantener la comunicación con tus seres queridos.
- 3 Sensación de Gravedad**  
Si tienes sensación de falta de aire o sensación de gravedad por cualquier otro síntoma llama al 112
- 4 Teléfono de tu CC.AA.**  
También puedes habilitar el teléfono habilitado para la Comunidad Autónoma.
- 5 Autocuidados**  
Un paracetamol para controlar la fiebre, ponte paños húmedos en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; bebe líquidos, descansa, pero moviéndote por la habitación de vez en cuando.
- 6 Aislamiento Domiciliario**  
Una vez realizado lo más inmediato, aplica las recomendaciones para el aislamiento domiciliario, e informa a tus convivientes de que tienen que hacer cuarentena.
- 7 Lavado de manos**  
Asegúrate de que sabes realizar un lavado de manos adecuado.
- 8 Si empeoras**  
Si tienes sensación de que empeoras y tienes dificultad respiratorio o no se controla la fiebre, llama al 112.
- 9 14 días**  
Se recomienda mantener el aislamiento 14 días desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto.
- 10 Alta**  
El seguimiento y el alta será supervisado por su médico de Atención Primaria o según indicaciones de cada Comunidad Autónoma.

A tener en cuenta:

Información proveniente de Fuentes Oficiales.



Les recordamos que ponemos a su disposición:

Call center: 976 11 61 96 Email: [coronavirus@spmas.es](mailto:coronavirus@spmas.es)

que atenderá sus peticiones y dudas de L-V de 7:00 a 19:00