

Si eres un paciente con enfermedad
RESPIRATORIA
crónica,

Tu condición de salud requiere un cuidado especial

¿POR QUÉ?

El COVID-19 puede afectar tus vías respiratorias (nariz, garganta, bronquios, pulmones) y posiblemente derivar en neumonía o síntomas más graves de la enfermedad por coronavirus.

POR ESTO ES IMPORTANTE QUE TENGAS PRESENTE:

Procura quedarte en casa. Si debes salir, evita aglomeraciones y conserva una distancia de 2 metros entre tú y las demás personas.

Cumple rigurosamente las medidas de higiene y autocuidado: lava tus manos con agua y jabón frecuentemente, usa tapabocas y limpia con frecuencia objetos y superficies.





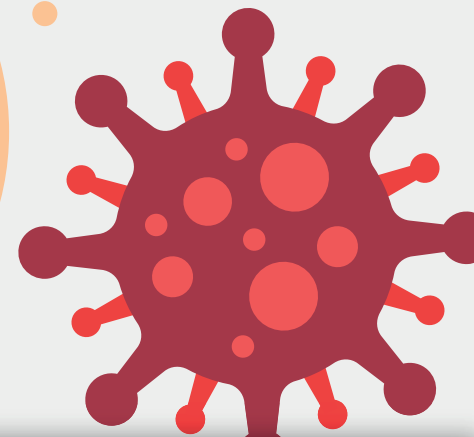
Continúa el tratamiento ordenado por tu médico y no lo suspendas. Esto incluye los inhaladores y el oxígeno, si requieres de él.

Protégete de contagios aún en casa y si algún miembro del hogar presenta algún síntoma respiratorio, debe permanecer aislado.



Si estás enfermo, cambia el tapabocas cada vez que esté húmedo por las secreciones y lávate las manos después de realizar el cambio.

Monitorea tus síntomas habituales: tos, flema y leve dificultad para respirar. Si alguno de estos tres síntomas empeora ¡Pide asistencia médica inmediata!



UN TIP ADICIONAL:

Si tienes en casa un **pulsioxímetro** para medir la cantidad de **oxígeno presente en la sangre**, te damos 6 consejos para hacerlo de una forma segura y precisa:

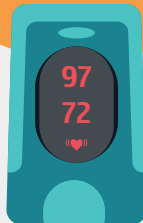
1 **Lávate las manos** antes y después de usarlo.

2 **Limpia y desinfecta** el dispositivo antes y después de cada uso.

3 Es ideal que tengas tus **uñas limpias** y sin restos de esmalte.

4

Para que no se alteren los resultados, **guarda reposo por lo menos 5 minutos** antes de hacer la medición.



5

Al realizar la medición es esencial **no moverse** y estar lo más quieto posible.

6

Toma nota de los resultados de cada medición y el horario en que la realizas. Ten en cuenta que el valor normal debe estar siempre por encima de 92%; si notas que este valor va disminuyendo debes informarlo a tu médico de manera oportuna.

