

## Información sobre el coronavirus (COVID-19)

Última revisión: 10 de marzo de 2020

---

RightCare se dedica a mantener la salud y el bienestar de todos nuestros miembros, como usted y su familia. Mientras continuamos monitoreando la propagación del coronavirus en Texas, nos hemos comprometido a mantener informados a nuestros miembros.

El coronavirus, COVID-19, ha provocado brotes de enfermedades respiratorias en numerosos países, incluyendo los Estados Unidos. Este virus se [propaga](#) principalmente entre personas que han estado a corta distancia entre sí (a menos de 6 pies) o mediante microgotas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose o estornuda. En la mayoría de las personas, la infección es leve. Los adultos mayores y las personas con condiciones médicas persistentes pueden correr el riesgo de contraer una enfermedad más grave.

Los síntomas del virus COVID-19 pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición, e incluyen:

- Fiebre
- Tos
- Falta de aliento

**Si usted se siente enfermo y tiene fiebre, tos o dificultad para respirar, y ha viajado a China o estuvo en contacto cercano con una persona portadora del virus COVID-19 en los 14 días anteriores a sentirse enfermo, solicite atención médica. Antes de acudir al consultorio de un médico o a la sala de emergencias, llame con anticipación e infórmeles de su viaje reciente y sus síntomas.**

Se debe tener el mismo cuidado si usted ha estado expuesto a otras enfermedades infecciosas de graves consecuencias (HCID) como el ébola, la gripe aviar o el sarampión.

### Prevención del contagio con el virus COVID-19

Al igual que con otros virus, algunas medidas sencillas pueden ayudar a prevenir enfermedades. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de los Estados Unidos recomiendan seguir al menos estas [medidas preventivas diarias](#) para ayudar a prevenir la propagación de enfermedades respiratorias:

- Evite el contacto cercano con personas enfermas.
- Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño, antes de comer y después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Si no tiene agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol. Si las manos están evidentemente sucias, láveselas siempre con agua y jabón.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.
- Al toser o estornudar, cúbrase la cara con un pañuelo de papel y luego descártelo como residuo.
- Limpie y desinfecte los objetos y superficies tocadas con frecuencia empleando un rociador desinfectante o paño húmedo.
- Si está enfermo, quédese en su casa.

### **Planificación en el hogar**

Los CDC recomiendan al público crear un [plan de acción](#) para emergencias de salud pública que incluya las siguientes medidas:

- Practique de inmediato las [medidas preventivas diarias](#).
- Reúnase con familiares y amigos para discutir qué hacer en caso de que ocurra un brote de virus COVID-19 en su comunidad.
- Planifique maneras de cuidar a las personas que podrían correr un mayor riesgo de sufrir complicaciones graves.
- Elija una habitación de su hogar que pueda usarse para separar a personas enfermas de personas sanas.
- Planifique posibles cambios en el trabajo, la escuela o la guardería de su hijo, etc.
- Prepare una lista de contactos de emergencia.
- Conozca a sus vecinos.
- Identifique las organizaciones de ayuda en su comunidad.

### **Consejos de viaje**

Si usted tiene planeado viajar durante las próximas semanas, los CDC recomiendan discutir sus planes de viaje con su proveedor de atención médica y tener mucho cuidado al recorrer aeropuertos o utilizar el transporte público.

Manténgase actualizado con las [noticias para la salud al viajar](#). Estas noticias pueden cambiar diariamente.

- **Vigilancia** – Nivel 1: Los viajeros deben tomar las precauciones usuales.
- **Alerta** – Nivel 2: Los adultos mayores y las personas con condiciones médicas persistentes deben considerar la posibilidad de posponer los viajes no esenciales.
- **Advertencia** – Nivel 3: Los CDC recomiendan a los viajeros evitar los viajes no esenciales.

### **Estamos aquí para ayudarle**

RightCare ha asumido el compromiso de ofrecer acceso continuo a servicios de atención médica de calidad para los miembros afectados por emergencias de salud pública. Seguiremos las pautas federales y estatales mientras trabajamos con sistemas hospitalarios, farmacias y otros proveedores para garantizar que nuestros miembros reciban la atención médica y los medicamentos que necesiten.

Para obtener más información sobre el virus COVID-19, le recomendamos visitar los siguientes sitios web:

- [Baylor Scott & White Health](#)
- [Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades](#)
- [Departamento de Servicios de Salud del Estado de Texas](#)
- [Organización Mundial de la Salud](#)