



COVID-19 y cardiopatía

Departamento de Salud de Florida • FloridaHealthCOVID19.gov

La COVID-19 puede forzar todos los sistemas del cuerpo y esto provoca estrés adicional sobre el corazón. Si tiene cardiopatías, la COVID-19 puede hacer que sea más probable que su corazón no pueda aguantar las necesidades de su cuerpo.

Si tiene tos o falta de aliento, permanezca en casa y póngase en contacto con su proveedor de atención de la salud. No vaya al trabajo o a la escuela.



Otros síntomas pueden incluir fiebre, escalofríos, temblores, dolor muscular, dolores de cabeza, dolor de garganta y pérdida del gusto o del olfato que antes no tenía.

Descanse y manténgase hidratado. Si no está lo suficientemente enfermo como para ser hospitalizado, puede recuperarse en casa.

Monitoree sus síntomas. Si sus síntomas empeoran, llame a su proveedor de atención de la salud de inmediato.

Busque atención médica de inmediato si presenta alguno de los siguientes síntomas:

- Problemas para respirar
- Dolor o presión persistente en el pecho
- Confusión que antes no tenía o incapacidad para despertarse
- Labios o cara azulados

Cuide de su salud.

- Asegúrese de que sus vacunas, incluidas contra la neumonía y la vacuna contra la gripe, estén al día.
- Tome sus medicamentos a tiempo y según las indicaciones, y mantenga su plan de tratamiento.
- Mida su tensión arterial si tiene presión arterial alta.
- Use telemedicina/telesalud para las visitas médicas si su seguro lo ofrece.
- Mantenga hábitos saludables: comer sano, hacer ejercicio, dormir lo suficiente y manejar el estrés.
- Deje de fumar. Fumar puede aumentar la probabilidad de sufrir un ataque al corazón o un accidente cerebrovascular. Visite TobaccoFreeFlorida.com para obtener información sobre los servicios [Quit Your Way](http://QuitYourWay.com) (Deja a tu manera).



Abastézcase de 2 a 3 semanas de alimentos no perecederos, recetas y suministros médicos y de atención de la salud.

Cree una lista de contactos de familiares, amigos, vecinos, profesionales de atención de la salud, programas de asistencia comunitaria y conductores, y hágalos saber que puede necesitarlos para que lo ayuden si se enferma.

Manténgase al corriente con las directrices estatales y locales en FloridaHealthCOVID19.gov y las orientaciones sobre desplazamientos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control, CDC) en CDC.gov/coronavirus/2019-ncov/viajeros.



Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos que contenga al menos 60 % de alcohol.

Evite tocarse la cara con las manos sin lavar.

Cúbrase al toser y estornudar con el interior del codo o con un pañuelo de papel.

Limpie diariamente los objetos o las superficies que las personas tocan mucho: picaportes, encimeras, teclados, etc.

Si está enfermo, proteja a su familia. Permanezca en una habitación separado de otros y evite compartir objetos personales. Obtenga más información en el “Tenga su hogar preparado” (Get Your Home Ready) de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (<https://tinyurl.com/v267uf3>).

Practique el distanciamiento social:

- Permanezca en casa todo lo posible.
- Permanezca alejado de las personas que están enfermas o que han estado enfermas en las últimas dos semanas.
- Compre durante las horas en que haya menos gente.
- Evite las multitudes y reuniones de 10 o más personas.
- Mantenga una distancia de al menos 6 pies entre usted y otras personas.
- Evite tocar superficies públicas “de alto contacto”.
- Lleve puesta mascarilla de tela en lugares públicos.



6 pies

