

What You Can do if You are at Higher Risk of Severe Illness from COVID-19

Are You at Higher Risk for Severe Illness?



Based on what we know now, those at high-risk for severe illness from COVID-19 are:

- People aged 65 years and older
- People who live in a nursing home or long-term care facility

People of all ages with underlying medical conditions, particularly if not well controlled, including:

- People with chronic lung disease or moderate to severe asthma
- People who have serious heart conditions
- People who are immunocompromised
 - Many conditions can cause a person to be immunocompromised, including cancer treatment, smoking, bone marrow or organ transplantation, immune deficiencies, poorly controlled HIV or AIDS, and prolonged use of corticosteroids and other immune weakening medications.
- People with severe obesity (body mass index [BMI] of 40 or higher)
- People with diabetes
- People with chronic kidney disease undergoing dialysis
- People with liver disease

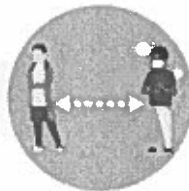
Here's What You Can do to Help Protect Yourself



Stay home if possible.



Wash your hands often.



Avoid close contact and stay at least 6 feet (about 2 arms' length) from other people.



Clean and disinfect frequently touched surfaces.



Cover your mouth and nose with a cloth face cover when around others.



Cover coughs and sneezes.

Call your healthcare provider if you are sick.

For more information on steps you can take to protect yourself, see CDC's webpage on [How to Protect Yourself](#)



cdc.gov/coronavirus

Qué puede hacer si tiene un mayor riesgo de enfermarse gravemente por el COVID-19

¿Tiene usted un mayor riesgo de enfermarse gravemente?



Según lo que sabemos ahora, quienes tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente por COVID-19 son:

- Las personas de 65 años o más
- Las personas que viven en hogares de ancianos o establecimientos de cuidados a largo plazo

Las personas de cualquier edad con afecciones subyacentes, especialmente si no están bien controladas, como:

- Personas con enfermedades pulmonares crónicas o asma, de moderada a grave
- Personas con afecciones cardíacas graves
- Personas inmunodeprimidas
 - Muchas situaciones pueden causar inmunosupresión, como recibir tratamiento para el cáncer, fumar, recibir un trasplante de órgano o médula ósea, tener deficiencias inmunitarias, tener la infección por el VIH o el sida mal controlados, y tomar a largo plazo corticosteroides u otros medicamentos que debilitan al sistema inmunitario.
- Personas con obesidad grave (índice de masa corporal [IMC] de 40 o más)
- Personas con diabetes
- Personas con enfermedad renal crónica que reciben tratamiento de diálisis
- Personas con enfermedad hepática

Esto es lo que puede hacer para ayudar a protegerse



Quédese en casa si es posible.



Lávese las manos a menudo.



Evite el contacto cercano y manténgase al menos a 6 pies (alrededor de 2 brazos de distancia) de otras personas.



Limpie y desinfecte las superficies que se tocan con frecuencia.



Cúbrase la nariz y la boca con una cubierta de tela para la cara cuando esté alrededor de otras personas.



Cúbrase al toser y estornudar.

Llame a su proveedor de atención médica si está enfermo.

Para obtener más información sobre las medidas que puede tomar para protegerse, vea la página web de los CDC sobre cómo protegerse.



cdc.gov/coronavirus-es

Symptoms of Coronavirus (COVID-19)

Know the symptoms of COVID-19, which can include the following:



Symptoms can range from mild to severe illness, and appear 2-14 days after you are exposed to the virus that causes COVID-19.

***Seek medical care immediately if someone has emergency warning signs of COVID-19.**

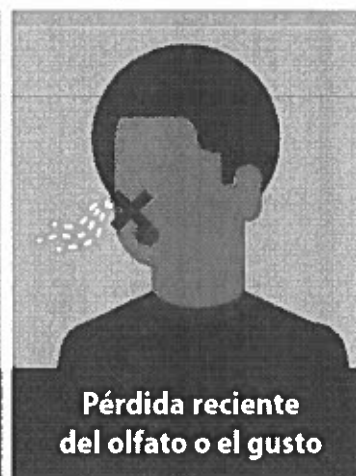
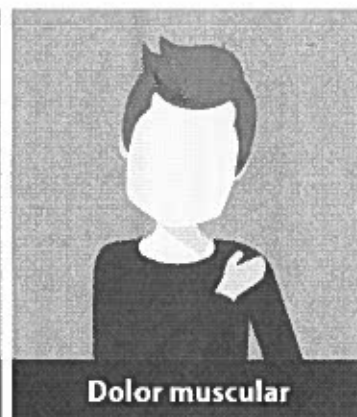
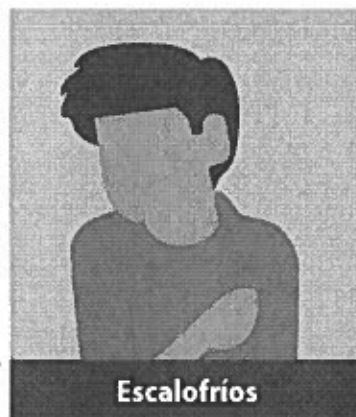
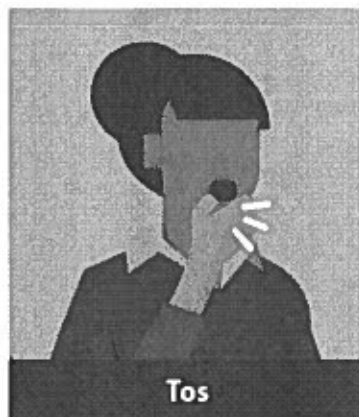
- Trouble breathing
- Persistent pain or pressure in the chest
- New confusion
- Inability to wake or stay awake
- Bluish lips or face

This list is not all possible symptoms. Please call your medical provider for any other symptoms that are severe or concerning to you.



Síntomas del coronavirus (COVID-19)

Conozca los síntomas del COVID-19, que pueden incluir:



Los síntomas pueden ser de leves a graves, y aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus que causa COVID-19.

***Busque atención médica de inmediato si alguien tiene signos de advertencia de emergencia del COVID-19.**

- Dificultad para respirar
- Dolor o presión persistente en el pecho
- Confusión de aparición reciente
- Dificultad para despertarse o mantenerse despierto
- Color azulado en los labios o el rostro

*Esta lista no incluye todos los síntomas posibles. Llame a su proveedor de servicios médicos por cualquier otro síntoma grave o que le preocupe.

