

# Semáforo de la vida

## COVID-19: ¿Cuándo ir al médico según tus síntomas?



- Tienes tos seca o con desgarro.
- Estornudos.
- Sientes dolor en la garganta.
- Tienes diarrea y/o fiebre.
- Has perdido el gusto u olfato.
- Sientes malestar general.

### ¿Qué debes hacer?

- Guarda reposo.
- Mantén aislamiento preventivo.
- Mantén una nutrición balanceada.
- Toma abundante líquido.
- Duerme boca abajo.
- Quédate en casa y vigila tus síntomas.



- Tienes más de 65 años.
- Sufres de presión alta.
- Tienes altos niveles de azúcar en la sangre.
- Padeces una enfermedad cardíaca, renal o cáncer.
- Tomas medicamentos que bajan las defensas.
- Tienes dolor de cabeza persistente.
- Tus pulsaciones cardíacas superan los 100 latidos por minuto.
- Orinas pocas veces al día.

### ¿Qué debes hacer?

- Ponte alerta y pide una teleconsulta médica.



- Respiras más de 25 veces por minuto.
- Tienes sensación de ahogo.
- Tu voz está entrecortada.
- Tus labios o dedos están morados.
- Tienes confusión mental o somnolencia.
- Si tienes pulso-oxímetro que muestra saturación menor de 90%

### ¿Qué debes hacer?

#### ¡Necesitas oxígeno!

- Consulta a tu EPS o dirígete al hospital.
- Evita usar el transporte masivo.



**¡Recuerda siempre lavarte las manos y usar tapabocas!**