

Know the Facts



COVID-19 Spreads Easily?

- The virus that causes COVID-19 spreads more easily than the flu.
- People who are too close together are at greatest risk of getting infected.
- That's why you shouldn't go to that Sweet Sixteen, where you know everyone isn't vaccinated!



How does it spread?

- Like good gossip, COVID-19 is spread by people! When we cough, sneeze, sing, talk, or breathe we spread respiratory droplets.
- These droplets, big or small, stay in the air and we are infected when exposed to them, usually when in close contact with other people.
- Although not as common, we can be infected by touching a surface or object that has the virus on it and then touching our own mouth, nose, or eyes.
- Like we tell our kids before dinner, wash your hands!



What are Variants?

- Viruses constantly change in how they act and look, sometimes changing to NEW version of the virus over time. These are called variants.
- New variants of COVID-19 are expected, that's why it's important to stay informed, like that nosy neighbor who knows all your business.

Do I have the Flu or COVID-19?



- COVID-19 symptoms can look like other common respiratory infections, like the flu.
- You can have both at the same time!
- The only way to know if it's "the rona" is to get tested.

When is it an Emergency?



If you or someone is showing any of these signs, seek emergency medical care immediately:

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

Call your doctor or clinic if you have these or other symptoms and get tested for COVID-19 right away. Knowledge is power and there is power in health!

Visit www.poderensalud.org for more information.

Conozca los Hechos



¿COVID-19 Se Propaga Fácilmente?

- El virus que causa el COVID-19 parece contagiarse de manera más fácil que el de la influenza.
- Las personas que están físicamente cerca tienen mayor riesgo de infección.
- ¡Por eso no deberías ir a esa quinceañera donde nadie está vacunado la próxima semana.



¿Cómo Se Propaga?

- Como chisme bueno, ¡el COVID-19 se pasa por la gente! Cuando tosemos, estornudamos, cantamos, hablamos o respiramos, producimos gotitas respiratorias.
- Estas gotitas, grandes o pequeñas, se quedan en el aire y nos infectamos cuando estamos expuestas a ellas, usualmente por estar en contacto cerca con otras personas.
- Aunque no es muy común, nos podemos infectar por tocar una superficie u objeto que tenga el virus si luego nos tocamos la boca, la nariz o los ojos.
- Como les decimos a nuestros niños antes de cenar, ¡hay que lavarse las manos!



¿Cuáles son las variantes?

- Los virus cambian constantemente en cómo se comportan y cómo se ven, a veces van cambiando a una NUEVA versión del virus con el paso del tiempo. Esto es lo que llamamos variantes.
- Van a haber nuevas variantes del COVID-19, por eso es importante estar informado, como esa vecina metiche que sabe todo lo que pasa.

¿Tengo la flu o COVID-19?

- Los síntomas del COVID-19 pueden parecer como otras infecciones respiratorias, como la gripe.
- ¡Puedes tener las dos cosas al mismo tiempo!
- La única manera para saber si es el COVID es hacerte una prueba.



¿Cuándo es una emergencia?

Si alguien presenta alguno de estos síntomas, busque atención de servicios médicos de emergencia de inmediato:

- Dificultad para respirar
- Dolor o presión persistente en el pecho
- Confusión
- Incapacidad de despertarse o permanecer despierto
- Coloración azul en los labios o el rostro



Llama a tu doctor o clínica si tienes estos u otros síntomas y hazte la prueba de COVID-19 inmediatamente. ¡La sabiduría es poder y hay poder en la salud!

Visita a www.poderensalud.org para más información.