



(Insertar nombre)

Plan de Acción COVID-19 en 3 pasos

Si te enfermas, tener un plan de acción será una herramienta de gran utilidad para actuar rápidamente y no olvidar nada al momento de hablar con tu médico. Completa este formulario y tenlo a mano por si llegas a necesitarlo.¹

Paso 1: Conocer mi estado de riesgo

Si tengo al menos 1 de los siguientes factores de riesgo, podría tener un riesgo elevado de padecer COVID-19 grave. Llevaré un registro de los factores de riesgo con los que convivo para comentarlos con mi médico.^{2,3}

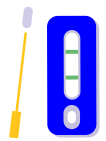
Marcar con una X los factores de riesgo:

- Edad [65] años o más
 - Índice de Masa Corporal (IMC) 25
 - Cáncer o antecedentes de cáncer
 - Enfermedad renal crónica
 - Enfermedad hepática crónica
 - Enfermedad pulmonar crónica
 - Fumador actual o ex fumador
 - Fibrosis quística
 - Diabetes (tipo 1 o 2)
 - Discapacidades
 - Cardiopatías
 - Infección por VIH
 - Enfermedades mentales
 - Enfermedades neurológicas
 - Inactividad física
 - Embarazo
 - Anemia falciforme o talasemia
 - Trasplante de médula ósea
 - Apoplejía o enfermedad cerebrovascular
 - Trastornos por consumo de sustancias
 - Tuberculosis
 - Sistema inmunitario debilitado
-
- No vivo con ninguno de estos factores
 - No estoy seguro

Paso 2: Hacer la prueba

Me haré la prueba ni bien presente síntomas compatibles con COVID-19.⁴ Puedo encontrar un centro de pruebas cerca de mi ubicación o comprar una prueba casera.

¿Qué resultado obtuviste?



PASO 3: Hablar con mi médico

Si tengo riesgo elevado de padecer COVID-19 grave y doy positivo, puedo consultar con mi médico para entender la influencia de mis factores de riesgo y analizar si es necesario algún tipo de tratamiento.¹

Puedo ponerme en contacto con mi médico en:



Estoy tomando los siguientes medicamentos:



Tengo estas preguntas para mi médico:

Ahora que está listo tu plan de acción COVID-19, si das positivo podrás acudir rápidamente a tu médico para que te ayude a evaluar tu situación y actuar al respecto.¹

Referencias: 1. COVID-19 tratamientos y medicamentos. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Actualizado el 19 de octubre de 2022. Consultado el 31 de octubre de 2022. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/treatments-for-severe-illness.html> 2. Guan W-J, Liang W-H, Shi Y, et al. Enfermedades respiratorias crónicas y resultados de COVID-19: Un estudio de cohortes retrospectivo a escala nacional de 39.420 casos. J Allergy Clin Immunol Pract. 2021;9(7):2645-2655.e14. 3. Personas con ciertas afecciones médicas. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Actualizado el 19 de octubre de 2022. Consultado el 31 de octubre de 2022. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html> 4. Prueba COVID-19: Lo que necesita saber. Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades. Actualizado el 28 de septiembre de 2022. Consultado el 31 de octubre de 2022. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/testing.html>