

# LÍNEA DIRECTA DE CORONAVIRUS DEL CONDADO DE DUTCHESS 845-486-3555

OPRIMA **9**  
PARA INFORMACIÓN

OPRIMA **5**  
PARA COMIDA

El Condado de Dutchess estableció una conexión única entre los recursos alimentarios de nuestra comunidad y aquellos con una necesidad crítica de alimentos y otras necesidades oprima 5 para este recurso.

OPRIMA **6**  
PARA TRANSPORTACIÓN

Si necesita hacer un viaje necesario y esencial a la oficina de un doctor, para recoger prescripciones, o para otros fines críticos oprima 6 y usted se conectará con voluntarios.

OPRIMA **7**  
PARA SER VOLUNTARIO

El Condado de Dutchess continúa proporcionando a los residentes la información más actualizada y orientación en línea..  
**[dutchessny.gov/coronavirus](http://dutchessny.gov/coronavirus)**

También puede seguir al Gobierno del Condado de Dutchess en las redes sociales!



**MARCUS J. MOLINARO**

Ejecutivo del Condado de Dutchess

## CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS



Dificultad  
para  
respirar



Fiebre



Tos

Los síntomas de COVID-19 pueden aparecer en tan sólo dos días o hasta 14 días después de la exposición.

## SI ESTOY ENFERMO



Permanezca en  
casa cuando esté  
enfermo.



Descanse,  
recupere, evite  
a otros.



Cubra su boca y nariz  
con un pañuelo de  
papel o una manga  
cuando tosa o  
estomude.

Si usted cree que ha contratado COVID-19, llame con antelación a su médico de atención primaria o atención urgente, para que puedan tomar las precauciones necesarias a su llegada. No vaya directamente al hospital a menos que esté en angustia.

## DONDE ME HACEN LA PRUEBA

Las pruebas solo están disponibles **con cita previa** en MidHudson Regional Hospital, 241 North Road, Poughkeepsie NY 12601.

Llame (845) 303-2727 para ser examinado y, si procede, se programará una cita.

Para obtener información sobre otros sitios de pruebas, póngase en contacto con la Línea Directa de Coronavirus al (845) 486-3555 o visite: [dutchessny.gov/coronavirus](http://dutchessny.gov/coronavirus).



**[DUTCHESSNY.GOV/CORONAVIRUS](http://DUTCHESSNY.GOV/CORONAVIRUS)**

# CÓMO PROTEGER A LOS DEMÁS



Lávese las manos regularmente! Evite tocarse la cara, los ojos, la nariz, etc.



Desinfecte las superficies y objetos que se tocan con frecuencia. Los virus pueden sobrevivir durante días en superficies.



Práctica Distanciar Social. Guarde al menos 6 pies entre usted y otros.



Quédese en casa tanto como sea posible. Sólo salir cuando sea absolutamente necesario.



Cubiertas de la cara deben ser usadas por todos fuera de su hogar.

## USO DE TELA COMO MÁSCARA FACIAL

Las cubiertas faciales deben ser usadas por todos fuera de sus hogares para ayudar a proteger contra Coronavirus, incluyendo trabajadores esenciales en el comercio minorista, servicio y otras industrias. El uso de máscaras faciales de tela evita que las personas que pueden tener el virus y no lo saben lo transmitan a otros.

Las cubiertas faciales de tela confeccionadas a partir de artículos del hogar pueden detener la propagación de COVID-19 cuando las máscaras quirúrgicas tradicionales y el N-95S no están disponibles y cuando no es posible un distanciamiento social significativo.

**Las máscaras NO sustituyen el distanciamiento social.**

### MASCARAS FACIALES DE TELA DEBEN:

- Sea ajustada, pero cómodamente contra los lados de la cara
- Incluya capas múltiples de tela
- Permita respirar sin restricción



Las personas deben tener cuidado de no tocar los ojos, la nariz y la boca al quitar la cubierta de la cara y lavarse las manos inmediatamente después de quitarla.

### CONTACTOS Y RECURSOS

Oficina del Envejecimiento	845-486-2555
Servicios Protectivos de Adultos	845-486-3300
Grace Smith House 24-Hr	845-471-3033
House of Hope 24-Hr	845-765-0294
Svc's Familiares Violencia Domestica 24-Hr	845-485-5550
Svc's Familiares Víctimas de Crimen 24-Hr	845-452-7272
N.Y.S Línea Directa de Abuso Infantil	1-800-342-3720

### APOYO A LA SALUD MENTAL DEL CORONAVIRUS

Teléfono de Ayuda del Condado de Dutchess  
Llame o Texto 24/7 845-485-9700

Teléfono Directo de NY para Apoyo Emocional del Coronavirus  
Disponible 7 días/semana 8AM-10PM  
1-844-863-9314