



Si tienes síntomas, llama al centro de salud

- 1 *Llama a tu centro de salud y quédate en casa si tienes algún síntoma (tos seca, fiebre, pérdida del olfato o del gusto...) o has estado en contacto con un paciente de coronavirus*
- 2 *Aíslate, a ser posible, en una habitación de uso individual y mantén la puerta cerrada*
- 3 *Si no cuentas con un baño para tu uso individual, hay que desinfectarlo cada vez que lo utilices*
- 4 *Extrema las medidas de seguridad e higiene: lavado de manos, distancia personal y usa mascarilla si sales a un espacio común o alguien entra en la estancia en la que te encuentras*
- 5 *Asegúrate de contar con un teléfono en la habitación para poder comunicarte sin tener que salir*
- 6 *Si empeoras, tienes sensación de falta de aire o aumenta la gravedad, llama al 112*
- 7 *Si necesitas ayuda psicológica, puedes llamar al 900 925 112*

**ASTURIAS,
LO ESTÁS HACIENDO BIEN**

Todas las medidas y fases de la desescalada en
asturiasloestashaciendobien.com



GOBIERNO DEL
PRINCIPADO DE ASTURIAS