

Las personas con asma moderada a grave pueden tener un mayor riesgo de enfermarse gravemente con el COVID-19. El COVID-19 puede afectar las vías respiratorias (nariz, garganta, pulmones), causar ataques de asma, y posiblemente derivar en neumonía y enfermedades respiratorias graves. Actualmente no existe un tratamiento para prevenir ni una vacuna contra el COVID-19. La mejor manera de prevenir la enfermedad es evitar la exposición al virus que causa el COVID-19.

- Asegúrese de tener un suministro de sus medicamentos para al menos 30 días.
- Tome precauciones diarias como lavarse las manos, evitar el contacto cercano y mantener una distancia de al menos 2 metros de otras personas.
- Use tapabocas en lugares públicos y cuando esta con personas con las que no convive.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón por al menos 20 segundos o use un desinfectante para manos que contenga al menos un 60 % de alcohol.
- Evite los viajes que no sea estrictamente necesarios.
- Durante la propagación del COVID-19 en su comunidad, quédese en casa tanto como sea posible para reducir el riesgo de exposición.
- Si alguien está enfermo en su casa, la persona debe permanecer alejado de los demás miembros del hogar para reducir el riesgo de propagación del virus dentro de su casa.

Ahora más que nunca es importante vacunarse contra la influenza durante la temporada 2020-2021 debido a la pandemia del COVID-19. Cada año es muy importante aplicarse la vacuna contra la influenza, pero este año es supremamente importante evitar la gripe durante la pandemia del coronavirus. El Departamento de Salud del Condado de Polk lo ha hecho muy fácil esta temporada para aplicarse la vacuna contra la influenza:

- Entre en su carro y obtenga la vacuna contra la gripe empezando el 28 de septiembre de lunes – viernes 9:00 am a 4:00 pm
- En el parqueadero del departamento de salud – 1907 Carpenter Avenue. Des Moines
- Debe de llevar su tarjeta de seguro médico, sin seguro la vacuna tiene un costo de \$25

La vacunación contra la influenza es especialmente importante para las personas con ciertas enfermedades crónicas como el asma, las enfermedades cardíacas y la diabetes. Las personas con estos tipos de enfermedades corren un mayor riesgo de presentar complicaciones graves a causa de la influenza. Muchas de estas enfermedades también aumentan el riesgo de tener complicaciones graves debido al COVID-19.

Es posible que, debido a la pandemia del COVID-19, usted deba de cambiar la manera y el lugar donde se ha administrado la vacuna contra la influenza en los años anteriores. El departamento de salud pública local ha elaborado planes de contingencia sobre cómo vacunar a las personas contra la influenza sin aumentar el riesgo de exposición a virus respiratorios, como el virus que causa el COVID-19.

En algunos entornos en los que se solían proporcionar las vacunas contra la influenza, como lugares públicos, de trabajo, clínicas de la gripe, posiblemente no se va a realizar la vacunación esta temporada por lo que es difícil mantener un distanciamiento social. Para obtener más información acerca de dónde puede vacunarse contra la influenza, visite <https://www.polkcountyiowa.gov/health-department/clinical-services/seasonal-flu/> o llame al 515-286-3798 pregunte por alguien que hable español.