**Women with   
Disabilities Australia   
(Mujeres con discapacidad en Australia)**





# **Sobre el coronavirus. También llamado COVID–19.**



Este libro es sobre el **coronavirus.**



Hemos escrito este libro para **mujeres y niñas con discapacidad.**



Somos Women with Disabilities Australia (Mujeres con Discapacidad en Australia).

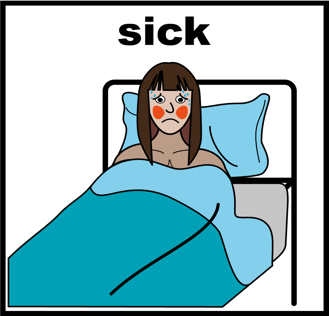
## **¿Qué es el coronavirus?**



El coronavirus es como un resfrío [flu] o gripe fuerte.



Es un virus nuevo en Australia.



El coronavirus se considera una **pandemia**.   
Una **pandemia** es un virus nuevo que se ha extendido por diferentes países.

## **¿Cómo se contagia el coronavirus?**

Puedes contraer coronavirus a través del contacto con otra persona que tenga coronavirus.

Como cuando alguien con el virus:



* tose o estornuda cerca de ti,



* te saluda con la mano,
* toca algo que tú tocas luego, o



* comparte comidas o bebidas contigo.

## **¿Cómo puedo mantenerme sana?**

Hay algunas cosas que puedes hacer para protegerte y proteger a otras personas del coronavirus.

Puedes:



* lavarte las manos con agua tibia y jabón,
* intentar no tocarte la cara,



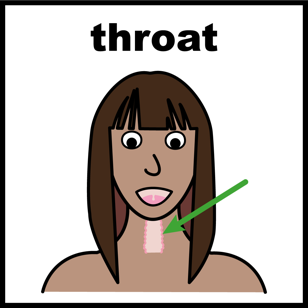
* alejarte de las personas enfermas,
* evitar lugares donde haya mucha gente,

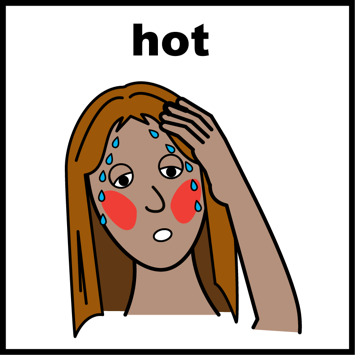


* comer frutas y verduras, y
* dormir lo suficiente.

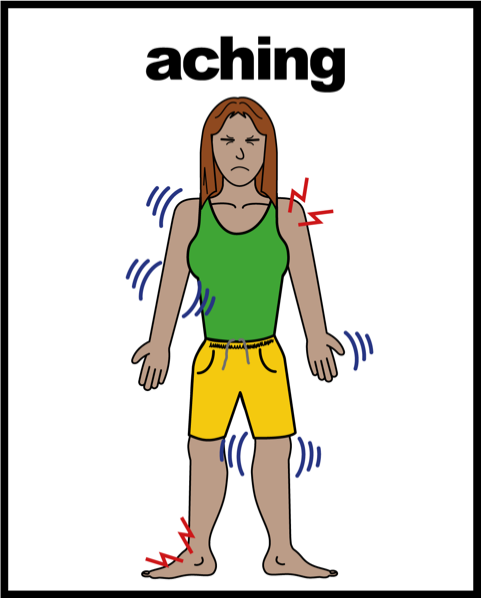
## **¿Cómo sé si tengo coronavirus?**

Si tienes coronavirus es probable que:

* tengas tos,
* se irrite tu garganta,



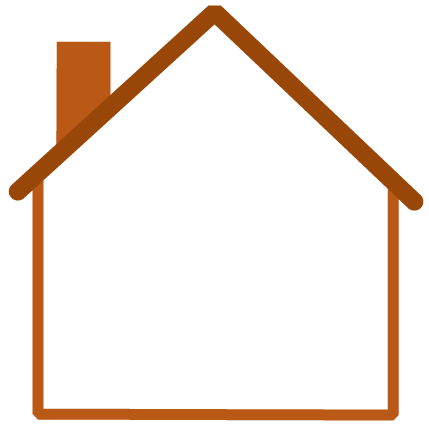
* tengas fiebre muy alta,
* te duela la cabeza,



* te duela el cuerpo,
* sientas cansancio.

## **¿Qué hago si me contagio?**

Si te sientes mal o tienes síntomas de coronavirus debes:



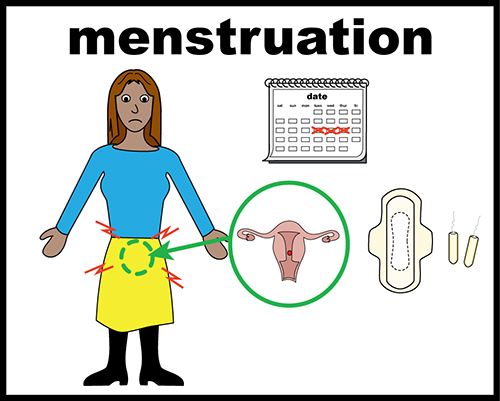
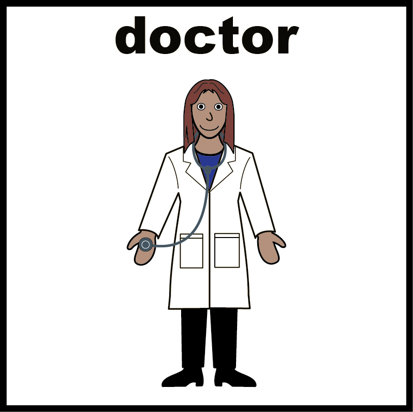


* quedarte en tu casa si puedes,
* intentar no ver a otras personas,

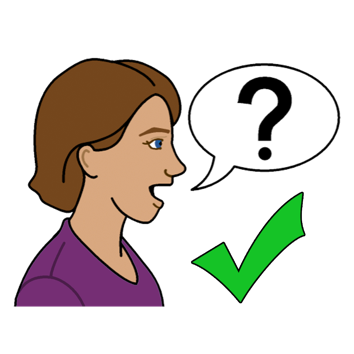


[Esta imagen](http://ravikarandeekarsblog.blogspot.com/2009/08/swine-flu-follow-these-7-steps.html) de un autor desconocido cuenta con licencia bajo [CC BY-NC-ND](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/3.0/)

* cubrir tu boca al toser,
* usar un barbijo cuando estés cerca de otras personas,



* llamar a tu médico y pedir una cita,
* decirle que es probable que tengas coronavirus, y
* él o ella puede realizar una prueba para ver si tienes coronavirus.

**Dónde buscar ayuda**

Para recibir ayuda o más información sobre el coronavirus, puedes comunicarte con:

**La Línea de información de salud acerca del coronavirus**

llama al ………….. 1800 020 080

en cualquier momento del día o de la noche.



**Health Direct**llama al ………….. 1800 022 222

en cualquier momento del día o de la noche.



**Ambulancia**Si estás muy enferma o no puedes respirar

llama al ………….. 000

A close up of a sign



Description automatically generated**National Relay service**   
 (Servicio Nacional de Retransmisión Telefónica) Si eres sorda o tienes dificultades del habla   
llama al ………….. 1800 555 677

TTY …………. 133 677

A picture containing clipart



Description automatically generated

**Servicio de traducción e interpretación**    
Si necesitas un/a traductor/a

llama al ………….. 131 450

A close up of a computer



Description automatically generated**Más información**

Puedes obtener más información actualizada sobre el coronavirus de:



**Organización Mundial de la Salud**

* [www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019](http://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019)



**Gobierno de Australia**

* [www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert](http://www.health.gov.au/news/health-alerts/novel-coronavirus-2019-ncov-health-alert)

**Gracias**

**¿Quién escribió este libro?**

Women with Disabilities Australia escribió este libro en 2020.

Este libro se elaboró con fines de educación general e información únicamente.

**Derechos de autor**

© Derechos de autor

Women with Disabilities Australia (WWDA) Inc. 2020.

Todos los derechos intelectuales, que incluyen derechos de autor y patentes, en este libro, son propiedad y se otorgan bajo licencia de Women With Disabilities Australia Inc.

**Las imágenes usadas en esta hoja de datos**

Easy on the I Images © 2019 Leeds and York Partnership NHS Foundation Trust. Usado con autorización. [www.easyonthei.nhs.uk](http://www.easyonthei.nhs.uk)

The Picture Communication Symbols © 2019 by Mayer Johnson LLC, una empresa de Tobii Dynavox. Usado con autorización. [www.tobiidynavox.com](http://www.tobiidynavox.com)