



## **Guía de actuación personal ante la presente epidemia de Coronavirus COVID-19 en Filipinas.**

### **1- DETECTE LOS SÍNTOMAS**

Es preciso tomar en consideración la posibilidad de un contagio. Para ello, la detección de los síntomas es fundamental. Los más relevantes son:

- Fiebre por encima de los 38 grados.
- Tos o estornudos.
- Dificultades respiratorias, destacando la sensación de falta de aire.
- Diarreas.

### **2- TOMA DE PRECAUCIONES**

Ante la posibilidad real de estar contagiado, es preciso mantener la calma, actuando al mismo tiempo con decisión.

- Manténgase tan aislado como le sea posible.
- Use mascarilla.
- Utilice productos antisépticos a nivel personal, y procure desinfectar tanto los objetos de los que se vale de manera cotidiana, como su propio hogar.

### **3- ACUDA A UN CENTRO MÉDICO**

Debe acudir sin demora a su centro médico más cercano, para que un profesional pueda evaluarle adecuadamente, certificar si realmente se encuentra contagiado y, ante tal eventualidad, valorar su estado. Siga las indicaciones que le proporcionen e informe a este Consulado General.

Puede consultar la lista de hospitales sugeridos en las recomendaciones de viaje.

### **4- MANTÉNGASE INFORMADO:**

Seguimiento de las indicaciones y recomendaciones de las autoridades filipinas.

Email: [con.manila@maec.es](mailto:con.manila@maec.es)

Facebook: Consulate General of Spain in Manila

Twitter: @ConEspManila

Instagram: Conespmanila.maec

Teléfono de Emergencia: (+63) 917 826 60 46