

Stop the Spread of COVID-19



WASH YOUR HANDS often with soap and water for 20 seconds.



USE HAND SANITIZER with at least 60% ethyl alcohol or 70% isopropyl alcohol when handwashing is not available.



WEAR A MASK or fabric face covering.



STAY AT LEAST 6 FEET APART.



STAY HOME IF YOU'RE SICK.

IS IT COVID-19, THE FLU, A COLD, ALLERGIES OR ASTHMA?

Symptoms	Coronavirus ⁺ (COVID-19) Symptoms range from mild to severe	Cold Gradual onset of symptoms	Flu Abrupt onset of symptoms	Seasonal Allergies Abrupt onset of symptoms	Asthma Gradual or abrupt onset of symptoms
Length of symptoms	7-25 days	Less than 14 days	7-14 days	Several weeks	Can start quickly or last for hours or longer*
Cough	Common (usually dry)	Common (mild)	Common (usually dry)	Rare (usually dry unless it triggers asthma)	Common (can be dry or wet/productive)
Wheezing	No	No**	No**	No**	Common
Shortness of breath	Sometimes	No**	No**	No**	Common
Chest tightness/pain	Sometimes	No**	No**	No**	Common
Rapid breathing	Sometimes	No**	No**	No**	Common
Sneezing	No	Common	No	Common	No***
Runny or stuffy nose	Rare	Common	Sometimes	Common	No***
Sore throat	Sometimes	Common	Sometimes	Sometimes (usually mild)	No***
Fever	Common	Short fever period	Common	No	No
Feeling tired and weak	Sometimes	Sometimes	Common	Sometimes	Sometimes
Headaches	Sometimes	Rare	Common	Sometimes (related to sinus pain)	Rare
Body aches and pains	Sometimes	Common	Common	No	No
Diarrhea, nausea and vomiting	Sometimes	Rare	Sometimes	No	No
Chills	Sometimes	No	Sometimes	No	No
Loss of taste or smell	Sometimes	Rare	Rare	Rare	No

Your symptoms may vary. *Information is still evolving. Many people may not have symptoms. **If your quick-relief medicine is not helping your asthma symptoms, or if you are in the Red Zone on your Asthma Action Plan, call your health care provider or seek medical attention immediately. **Allergies, colds and flus can all trigger asthma which can lead to shortness of breath, chest tightness/pain and rapid breathing. COVID-19 is the only one associated with shortness of breath on its own. ***If you have allergic asthma, you may have symptoms of both asthma and allergies at the same time.

Sources: Asthma and Allergy Foundation of America, World Health Organization, Centers for Disease Control and Prevention. edited 8/25/20 • aafa.org/covid19

Detener la propagación del COVID-19



LÁVESE LAS MANOS con frecuencia y con agua y jabón durante 20 segundos.



USE GEL DESINFECTANTE por lo menos 60% alcohol etílico o 70% alcohol isopropílico si no pueda lavarse las manos.



USE UNA MÁSCARA o cubrebocas de tela para cubrir la boca y la nariz.



MANTENGA UNA DISTANCIA DE AL MENOS 6 PIES (1,83 M).



QUÉDESE EN SU CASA SI ESTÁ ENFERMO.



Asthma and Allergy Foundation of America

aafa.org/covid19

¿PUEDE SER EL COVID-19, LA GRIPE, UN RESFRIADO, ALERGIAS O ASMA?

Síntomas	Coronavirus [†] (COVID-19) Los síntomas varían de leves a graves.	Resfriado inicio gradual de los síntomas	Gripe inicio abrupto de los síntomas	Alergias temporadas inicio abrupto de los síntomas	Asma inicio gradual o abrupto de los síntomas
Duración de los síntomas	7-25 días	Menos de 14 días	7-14 días	Varias semanas	Los síntomas pueden aparecer rápidamente o durar horas o más.*
Tos	Frecuente (normalmente seca)	Frecuente (leve)	Frecuente (normalmente seca)	Raro (normalmente seca a menos que desencadene asma)	Común (puede ser una tos seca o productiva)
Sibilancia	No	No**	No**	No**	Común
Falta de aire	A veces	No**	No**	No**	Común
Dolor/presión en el pecho	A veces	No**	No**	No**	Común
Respiración rápida	A veces	No**	No**	No**	Común
Estornudos	No	Frecuente	No	Frecuente	No***
Congestión o goteo nasal	Raro	Frecuente	A veces	Frecuente	No***
Dolor de garganta	A veces	Frecuente	A veces	A veces (normalmente leve)	No***
Fiebre	Frecuente	Corto período de fiebre	Frecuente	No	No
Fatiga o debilidad	A veces	A veces	Frecuente	A veces	A veces
Dolor de cabeza	A veces	Raro	Frecuente	A veces (relacionado con dolor sinusal)	Raro
Dolor corporal	A veces	Frecuente	Frecuente	No	No
Diarrea, náusea y vómitos	A veces	Raro	A veces	No	No
Escalofríos	A veces	No	A veces	No	No
Pérdida del sentido del gusto u olfato	A veces	Raro	Raro	Raro	No

Sus síntomas pueden variar. [†]La información sigue evolucionando. Muchas personas pueden contagiarse sin mostrar síntomas. *Si su medicamento de alivio rápido no mejora sus síntomas de asma, o si Ud. está en la Zona Roja en su Plan de Acción para el Asma, llame a su proveedor de atención médica o busque atención médica de inmediato. **Las alergias, los resfriados y la gripe pueden desencadenar asma, lo cual puede provocar falta de aire, dolor o presión en el pecho y respiración rápida. El COVID-19 es la única enfermedad en esta lista que por sí sola puede provocar la falta de aire. ***Si Ud. tiene asma alérgica, puede tener síntomas de asma y alergias a la misma vez.

Fuentes: Asthma & Allergy Foundation of America, World Health Organization, Centers for Disease Control & Prevention
edited 8/25/20 • aafa.org/covid19