

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 (servicio de relé de Washington) o enviar un correo electrónico a doh.information@doh.wa.gov.

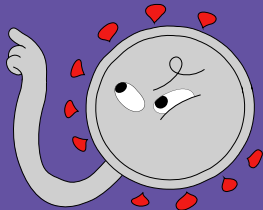
doh.wa.gov/long-covid

Para obtener más información, visite



Puede tener conversaciones informadas sobre el COVID persistente

Esto es lo que puede decir



Cuando hable sobre el COVID persistente con alguien que tal vez no sepa nada al respecto, tenga en cuenta estos consejos:

- Ofrezca información útil y aclare ideas erróneas.
- Sea amigable y alentador. No juzgue ni critique sus sentimientos o síntomas.
- Reconozca los retos de vivir con COVID persistente y destaque opciones de apoyo.
- Recuerde que habla de ello porque le importa.

Estas son algunas maneras útiles de iniciar una conversación

**“ ¿Has oído hablar del COVID persistente?
¿Te gustaría saber más al respecto? ”**

**“ ¿Puedo explicarte cómo se siente tener
COVID persistente? Dime si estos síntomas
te resultan familiares. ”**

**“ ¿Quieres saber cómo puedes apoyar a alguien con
COVID persistente? ”**

**“ ¿Quieres saber más al respecto? Con gusto podemos
seguir conversando cuando quieras. ”**