



# Cuidado del COVID-19: Mensajes del Grupo Asesor de Pacientes (PAC)

## POR MI, POR TI, POR TODOS NOSOTROS

Como paciente de diálisis o paciente trasplantado, durante estas fiestas, es importante mantenerse resguardado. En esta temporada estamos acostumbrados a las fiestas y las reuniones familiares y con amistades, pero estas pueden ser foco de infección del COVID-19 y de contagio comunitario. Celebra llamando a tus familiares y conversa con ellos que quizás se sienten solos. Si tienes la oportunidad, puedes hacerlo de forma virtual y así puedes verlos y celebrar. Envía cartas o tarjetas de Navidad y expresa tus mejores deseos.

También, no olvides llamar a tu doctor e ir a tus citas de seguimiento, ya sea de manera virtual o presencial y a hacerte tus laboratorios regularmente.

En estos tiempos inciertos, debes sentirte cansado de tantas restricciones por esta pandemia del COVID19, pero **NO BAJES LA GUARDIA. ¡PROTÉGETE!** Celebra de forma diferente. Mantén distancia social, utiliza la mascarilla, y lavase las manos a menudo.

**¡Feliz Día de Acción de Gracias y Feliz Navidad!**

**María C. – Paciente Trasplantada**  
Chair del QIRN3 Comité Asesor de Pacientes (PAC) - Puerto Rico



Estos días festivos serán muy especiales y diferentes porque no podremos estar todos reunidos físicamente. Por amor, por consideración, por nuestros familiares que son pacientes renales y trasplantados todos debemos usar mascarillas y cuidarnos para evitar el contagio. De esa manera, tal vez podamos compartir y celebrar juntos estos días festivos. Si no es posible, también podríamos usar la tecnología para reunirnos en un momento específico y así compartir sin exponernos.

Por mi familia, por mi salud te quiero ver con vida. **¡Protégete, usa tu mascarilla, evitemos el contagio!**



**Eliz M. – Transplant Patient**  
Miembro del QIRN3 Comité Asesor de Pacientes (PAC)

Por tí, por mí y por todos....  
**PÓNTE LA MÁSCARA!!**



**Margarita Q. – Paciente en Diálisis**  
Miembro del QIRN3 Comité Asesor de Pacientes (PAC)

Juntos queremos que nos ayuden a protegernos de este mortal virus, siguiendo este nuestro llamado: Porque nos amamos, nos lavaremos las manos con agua y jabón por espacio de 30 segundos. Porque nos amamos, tendremos la mascarilla siempre y de forma correcta. Porque nos amamos, mantendremos una distancia física no menor de seis pies entre personas. Porque nos amamos, evitaremos comparecer a reuniones, grupos y celebración de actividades para eludir los contagios. Porque nos amamos, mantengamos la limpieza y la desinfección en todo momento. **¡Muchas Gracias y un fuerte abrazo de nuestra comunidad renal hacia ti!**

**Margie N. – Paciente en Diálisis**  
Miembro del QIRN3 Comité Asesor de Pacientes (PAC)



**Mercedes P. – Miembro de Familia**  
**Jorge N. – Paciente Trasplantado**  
Miembros del QIRN3 Comité Asesor de Pacientes (PAC)

