

# SI HA SIDO DIAGNOSTICADO CON COVID-19

Si tiene COVID-19, o tiene síntomas consistentes con COVID-19, siga los pasos a continuación para ayudar a proteger a otras personas en su hogar y comunidad.

## 1) Quéedese en casa excepto si su salida es para recibir atención médica

Las personas que están levemente enfermas con COVID-19 pueden recuperarse en casa. No salga, excepto para obtener atención médica. No visite áreas públicas. Manténgase en contacto con su médico. Llame antes de ir a buscar atención médica. Asegúrese de buscar atención médica si se siente peor o si cree que es una emergencia. Evite el transporte público, el transporte compartido o los taxis.



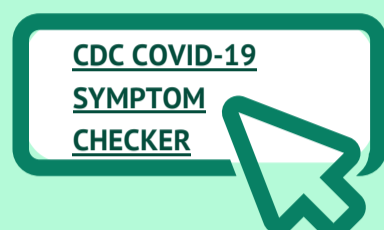
## 2) Sepárese de otras personas en su hogar, esto se conoce como aislamiento en el hogar



Tanto como sea posible, debe permanecer en una "habitación para enfermos" específica y lejos de otras personas en su hogar. Use un baño separado, si está disponible. Debe restringir el contacto con mascotas y otros animales, tal como lo haría con otras personas..

## 3) Llame con anticipación antes de visitar a su médico.

Si tiene una cita médica, llame al consultorio de su médico o al departamento de emergencias y dígalos que tiene COVID-19 o que tiene síntomas consistentes con COVID-19. Esto ayudará a la oficina a protegerse y proteger a otros pacientes.



## 4) Use una mascarilla, si está disponible

Si es posible, use una mascarilla/cubrebocas cada vez que esté en la misma habitación con otras personas. Si no puede usar una mascarilla, la persona que lo cuida debe usar una mientras esté en la misma habitación que usted.

## 5) Cubra su tos y estornudo

Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude. Tire los pañuelos usados en un bote de basura forrado. Lávese inmediatamente las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, lávese las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol.



## 6) Lávese las manos con frecuencia

Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón por lo menos 20 segundos. Esto es especialmente importante después de sonarse la nariz, toser o estornudar; después de ir al baño; y antes de comer o preparar comida. El jabón y el agua son la mejor opción, especialmente si las manos están visiblemente sucias. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca antes de lavarse las manos.

## 7) Evite compartir artículos personales del hogar

No comparta platos, vasos, utensilios, toallas o sábanas/cobijas con otras personas en su hogar. Después de usar estos artículos, lávelos bien con agua y jabón o en el lavatrastes.



## 8) Limpie todas las superficies de "alto contacto" todos los días

Limpie rutinariamente las superficies de alto contacto en su "habitación para enfermos" y baño. Deje que otra persona limpie y desinfecte las superficies en las áreas comunes, pero no en su habitación y baño.



Las superficies de alto contacto incluyen teléfonos, controles, mostradores, mesas, manijas de puertas, accesorios de baño, inodoros, teclados, tabletas y mesitas de noche. Limpie y desinfecte las áreas que pueden tener sangre, heces o fluidos corporales.

## 9) Controle sus síntomas

Busque atención médica de inmediato si sus síntomas empeoran (por ejemplo, si tiene dificultad para respirar). Antes de ir al consultorio del médico o la sala de emergencias, llame con anticipación y dígalos sus síntomas. Te dirán qué hacer. Si es posible, póngase una mascarilla antes de entrar al edificio. Si no puede, trate de mantener una distancia segura de otras personas (al menos a 6 pies de distancia). Los médicos le darán instrucciones sobre cómo controlar sus síntomas e reportar información de salud.



## 10) Si desarrolla señales de emergencia de COVID-19, obtenga atención médica de inmediato

- Las señales de emergencia son:
- Problemas para respirar
  - Dolor o presión persistente en el pecho.
  - Confusión o incapacidad para llamar su atención (no reaccionan)
  - Labios o cara azulados

- Si tiene una emergencia médica y necesita llamar al 911, notifique al operador que tiene COVID-19 o que tiene síntomas que son consistentes con COVID-19. Si es posible, póngase una mascarilla antes de que llegue al centro médico.
- La decisión de terminar el aislamiento en el hogar debe hacerse en consulta con su proveedor de atención médica y los departamentos de salud estatales y locales.

