



En un esfuerzo por protegerse y proteger a la comunidad, siga estos pasos para reducir el contagio y el efecto de la COVID-19 en su hogar.

### SI OBTIENE UN RESULTADO POSITIVO DE COVID-19:

- **Permanezca en el hogar** excepto para obtener atención médica.
- **Restrinja las actividades fuera del hogar**, excepto para obtener atención médica.
- **No vaya a trabajar**, a la escuela ni a zonas públicas.
- **Evite usar el transporte público**, los servicios de transporte compartido o los taxis.
- **Sepárese** de otras personas y los animales del hogar.
- **Personas:** Debe permanecer tanto como sea posible en una habitación específica y lejos de otras personas en el hogar. Además debe utilizar un baño diferente, si está disponible.
- **Animales:** Debe restringir el contacto con mascotas y otros animales mientras esté enfermo. Cuando sea posible, solicite que otro miembro del grupo familiar cuide a los animales mientras esté enfermo. Si debe cuidar de su mascota usted mismo, lávese las manos antes y después de interactuar con las mascotas y utilice una mascarilla.



**Llame antes de visitar al médico.** Si tiene un turno médico, llame al proveedor de atención médica e infórmele que tiene o podría tener COVID-19. Esto ayudará a que el consultorio del proveedor de atención médica tome las medidas para evitar que otras personas se contagien o queden expuestas.



**Utilice una mascarilla.** Debe utilizar una mascarilla cuando esté alrededor de otras personas (p. ej., al compartir una habitación o un vehículo) o las mascotas y antes de ingresar al consultorio del proveedor de atención médica. Si no puede utilizar una mascarilla (por ejemplo, porque dificulta la respiración), las personas que viven con usted no deben estar en la misma habitación o deben utilizar una mascarilla si ingresan a la habitación. Cúbrase al toser o estornudar.



**Cúbrase al toser o estornudar.** Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo al toser o estornudar. Deseche los pañuelos en un basurero con bolsa; de inmediato, lávese las manos como se describe a continuación.



**Lávese las manos con frecuencia.** Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no cuenta con agua y jabón, límpiense con un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos 60 % de alcohol y cubra todas las superficies de sus manos y frótelas hasta que se sequen. Se prefiere el agua y el jabón si las manos están sucias a simple vista.

**Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.**



**Evite compartir los artículos personales en la vivienda.** No debe compartir platos, vasos, tazas, utensilios para comer, toallas ni sábanas con otras personas o las mascotas en el hogar. Después de utilizar estos artículos, se deben lavar en profundidad con agua y jabón.



**Limpie todas las superficies “de alto contacto” todos los días.** Las superficies de alto contacto incluyen mesadas, mesas, perillas, artículos del baño, inodoros, teléfonos, teclados, tabletas y mesas de luz. Asimismo, limpie las superficies que puedan tener sangre, heces o fluidos corporales. Utilice un aerosol o una toallita de limpieza doméstica, según las instrucciones. Las etiquetas cuentan con instrucciones para el uso seguro y eficaz del producto de limpieza, lo que incluye los cuidados que debe tener al aplicar el producto, como el uso de guantes y asegurarse de tener una buena ventilación al aplicar el producto.



**Controle los síntomas.** Busque atención médica inmediata si la enfermedad está empeorando (p. ej. dificultad para respirar, fiebre alta). Antes de buscar atención, llame al proveedor de atención médica e infórmele que tiene o que está siendo evaluado por COVID-19. Colóquese la mascarilla antes de ingresar al edificio. Estas medidas ayudarán a que el consultorio del proveedor de atención médica evite que otras personas en el consultorio o en la sala de espera se contagien o queden expuestas.



**Solicite que el proveedor de atención médica llame al departamento de salud local o estatal para hablar sobre su situación.** Si tiene una emergencia médica y necesita llamar al 911, notifique al personal de envío que tiene, o podría tener, COVID-19. De ser posible, colóquese una mascarilla antes de que lleguen los servicios de emergencia médica.

## INTERRUPCIÓN DEL AISLAMIENTO DOMICILIARIO

Para las personas con síntomas que sean casos confirmados o presuntos de COVID-19 y se les ordenó cuidarse en el hogar, **interrumpa el aislamiento domiciliario en las condiciones siguientes:**

### 72 HORAS SIN FIEBRE

No ha tenido fiebre durante al menos 72 horas (tres días completos sin fiebre y sin utilizar medicamentos que reduzcan la fiebre)

Y

### MEJORÍA EN LOS SÍNTOMAS

Otros síntomas han mejorado (por ejemplo, cuando la tos o la dificultad para respirar han mejorado)

Y

### HAN TRANSCURRIDO 10 DÍAS

Deben haber transcurrido al menos 10 días desde que aparecieron los primeros síntomas



**¿Tiene preguntas?** Contacte a la línea directa de enfermería para hablar con un enfermero o coordinador de atención médica al **1-855-206-9675** para obtener más información.