

Instrucciones de Aislamiento en Casa por el COVID-19

Se le ha administrado una prueba de COVID-19. El resultado de esa prueba pueda no estar disponible por algunos días. Hasta que sepamos si ha sido infectado, debe aislarse para mantener seguros a los demás.

- **Quédese en casa.** Solo debe salir para recibir cuidado médico. No vaya a trabajar, a la escuela, al supermercado, ni a cualquier otro lugar público. Si debe viajar, no use el autobús, no comparta un carro y no tome un sitio.
- **Sepárese de otras personas en su casa.** Permanezca en un solo cuarto. Aléjese de las personas en su casa. De ser posible, use un baño separado.
- **Llame antes de visitar al doctor.** Si requiere cuidado médico, llame para avisar que puede tener COVID-19. Esto ayudará a prevenir que otras personas sean expuestas.
- **Use una máscara.** Si está alrededor de otras personas siempre debe usar una máscara. Esto incluye en su casa, en la oficina de doctor, y en cualquier otro lugar donde haya otras personas a su alrededor.
- **Cubra su tos.** Si necesita toser o estornudar, cúbrase la boca y la nariz con pañuelo de papel. Tire el pañuelo de papel en un basurero con bolsa. Lávese las manos inmediatamente con jabón y agua por lo menos por 20 segundos.
- **Limpie frecuentemente sus manos.** Láveselas con jabón y agua por lo menos 20 segundos. Haga esto cada vez que se suene la nariz, al toser, estornudar, ir al baño, y para comer o preparar alimentos. Si no tiene jabón, use un desinfectante a base de alcohol que contenga por lo menos 60% de alcohol.
- **No comparta artículos personales.** No comparta platos, vasos, tasas, utensilios, toallas o ropa de cama. Lávelos bien con jabón y agua después de que los use.
- **Limpie las superficies que toca seguido por lo menos una vez al día.** Use un aerosol o toallita de limpieza para limpiar cualquier superficie que toque. Superficies comunes son el mostrador, la superficie de la mesa, perilla de la puerta, accesorios del baño, la taza del baño, teléfonos, teclado, tabletas, y mesas de noche.

Si no puede hacer todas estas cosas, llame a la clínica donde le administraron la prueba. Ellos le ayudaran a decidir la mejor manera de mantener a todos seguros.

En las próximas dos semanas, **monitoree sus síntomas.** Si siente más dificultad al respirar, necesita ver un doctor lo antes posible. Antes de ir a la oficina del doctor, al centro de urgencias o sala de emergencia, llámelos. Dígalos que se le ha administrado la prueba de COVID-19. Esto les ayudara a prevenir que otras personas sean expuestas. Póngase una máscara antes de salir.

Más información disponible en <https://www.cdc.gov/coronavirus/>