

¿Cómo me autoaíslo?

De su equipo de atención médica del Centro de Salud Familiar

1. Quédese en casa lejos del trabajo, la escuela y de otros lugares públicos. Si debe salir, evite usar cualquier tipo de transporte público, transporte compartido o taxis.
2. Monitoree sus síntomas con cuidado. Si sus síntomas empeoran, llame a su proveedor de atención médica de inmediato.
3. Descanse y manténgase hidratado. Use Tylenol para la fiebre. Evite el ibuprofeno y otros AINES (como Aleve o naproxeno).
4. Si tiene una cita médica, llame al proveedor de atención médica con anticipación y dígame que tiene o puede tener COVID-19.
5. Para emergencias médicas, llame al 911 y notifique al personal de despacho que tiene o puede tener COVID-19.
6. Cubra su tos y estornudos (con el codo, no la mano).
7. Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos o límpiense las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol.
8. En la medida de lo posible, quédese en una habitación específica y lejos de otras personas en su hogar. Además, debe usar un baño separado, si está disponible. Si necesita estar cerca de otras personas dentro o fuera de la casa, use un cubrebocas.
9. Evite compartir artículos personales con otras personas en su hogar, como platos, toallas y sábanas.
10. Limpie todas las superficies que se tocan con frecuencia, como mostradores, mesas y perillas de las puertas. Use aerosoles o toallitas de limpieza doméstica de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta.

¿Cuándo suspendo el autoaislamiento?

De su equipo de atención médica del Centro de Salud Familiar

Si le diagnosticaron COVID-19 y tuvo síntomas y se le indicó que se cuidara en su hogar, puede interrumpir el aislamiento en el hogar en las siguientes condiciones:

- NO ha tenido fiebre (Temp > 100.4) durante 3 días (72 horas) sin usar medicamentos para reducir la fiebre (como acetaminofeno / Tylenol)

Y

- Ha tenido una mejoría en los síntomas respiratorios.

Y

- Han transcurrido al menos 7 días *desde que aparecieron sus síntomas por primera vez.*