

Qué hacer si ha confirmado o sospecha de enfermedad por coronavirus (COVID-19)

Actualizado el 24 de marzo de 2020

Si está enfermo y le han diagnosticado COVID-19, se sospecha que tiene COVID-19 porque ha estado expuesto a alguien con COVID-19, O viviendo en el mismo hogar que alguien con COVID-19, siga los pasos a continuación para ayudar a prevenir que la enfermedad se extienda a las personas en su hogar y comunidad.

Síntomas del COVID-19

Los síntomas más comunes del COVID-19 son fiebre, tos y falta de aliento. Si usted ha estado expuesto a alguien con COVID-19 confirmado en laboratorio y está experimentando fiebre con tos o falta de aliento, usted podría tener COVID-19. Puede ponerse en contacto con su médico para ver si necesita hacerse la prueba. Si ha obtenido un resultado positivo en la prueba COVID-19 o se sospecha que tiene COVID-19 pero no se ha realizado la prueba, debe seguir las instrucciones que se indican a continuación.

Quedarse en casa excepto para recibir atención médica

Usted debe restringir las actividades fuera de su hogar, excepto para recibir atención médica. No vaya al trabajo, a la escuela o a las áreas públicas. Evite usar transporte público, transporte compartido o taxis.

Sepárese de otras personas en su casa

- Tanto como sea posible, usted debe permanecer en una habitación específica y lejos de otras personas en su hogar si usted está enfermo. También, usted debe utilizar un cuarto de baño separado, si está disponible.

Llame con antelación antes de visitar a su médico

Si tiene una cita médica, llame al proveedor de atención médica y dígales que tiene o puede tener COVID-19. Esto ayudará al consultorio del médico a tomar medidas para evitar que otras personas se infecten o se expongan.

Use una máscara facial

Usted debe usar una máscara, si es posible, cuando está cerca de otras personas (por ejemplo, compartiendo una habitación o un vehículo) o mascotas y antes de entrar en la oficina de un proveedor de atención médica. Si usted no es capaz de usar una máscara facial (por ejemplo, porque causa dificultad para respirar), entonces las personas que viven con usted no deben estar en la misma habitación con usted, o deben usar una máscara si entran en su habitación.

Cubra su tos y estornudos

Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo de papel cuando tosa o estornude. Tire los tejidos usados en una papelera forrada; limpie inmediatamente sus manos como se describe a continuación.

Limpie sus manos con frecuencia

Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no dispone de agua y jabón, lávese las manos con un desinfectante para manos a base de alcohol que contenga al menos 60% de alcohol, cubriendo todas las superficies de sus manos y frotándolas juntas hasta que se sientan secas. El jabón y el agua son preferibles si las manos están visiblemente sucias. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

Evite compartir artículos personales del hogar

Usted no debe compartir platos, vasos, tazas, utensilios para comer, toallas o ropa de cama con otras personas o mascotas en su casa. Después de usar estos artículos, deben lavarse bien con agua y jabón y secarse antes de ser utilizados por otros.

Limpie todas las superficies de "contacto alto" todos los días

Las superficies de contacto alto incluyen mostradores, mesas, perillas, accesorios de baño, aseos, teléfonos, teclados, tabletas y mesitas de noche. Además, limpie cualquier superficie que pueda tener sangre, heces o líquidos corporales. Utilice un spray o paño de limpieza para el hogar, según las instrucciones de la etiqueta. Las etiquetas contienen instrucciones para un uso seguro y eficaz del producto de limpieza, incluidas las precauciones que debe tomar al aplicar el producto, como llevar guantes y asegurarse de que tiene una buena ventilación durante el uso del producto.

Controle sus síntomas

Busque atención médica inmediata si su enfermedad está empeorando (por ejemplo, dificultad para respirar). Antes de buscar atención médica, llame a su proveedor de atención médica y dígame que tiene o está siendo evaluado para COVID-19. Póngase una mascarilla antes de entrar en el centro. Estos pasos ayudarán a la oficina del proveedor de atención médica a evitar que otras personas en la oficina o en la sala de espera se infecten o se expongan.

Pídale a su proveedor de atención médica que llame al departamento de salud local o estatal para discutir su situación.

Si tiene una emergencia médica y necesita llamar al 911, notifique al personal de despacho que tiene, o puede tener COVID-19. Si es posible, póngase una mascarilla antes de que lleguen los servicios médicos de emergencia.

Descontinuar el aislamiento del hogar

Para las personas con síntomas confirmados o sospechados casos de COVID-19 y que estén dirigidas a cuidarse en casa, interrumpa el aislamiento en el hogar bajo las siguientes condiciones:

- Han pasado al menos 3 días (72 horas) desde que se definió la recuperación como la resolución de la fiebre sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre y la mejora de los síntomas respiratorios (por ejemplo, tos, falta de aliento); Y,

- Han pasado al menos 7 días desde que aparecieron los síntomas por primera vez.

Las personas con COVID-19 confirmado por laboratorio que no han tenido ningún síntoma pueden interrumpir el aislamiento en el hogar cuando han pasado al menos 7 días desde la fecha de su primera prueba diagnóstica positiva COVID-19 y no han tenido ninguna enfermedad posterior.

Información adicional para los miembros de su hogar, parejas íntimas y cuidadores está disponible en: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-prevent-spread.html>

Más información está disponible en www.coconino.az.gov/covid19