

Qué debe hacer si usted tiene síntomas del coronavirus 2019 (COVID- 19) y no ha estado cerca de nadie que haya sido diagnosticado con COVID-19

Si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar, pero no ha estado cerca de nadie que usted sepa que tenga COVID- 19, siga los pasos a continuación para ayudar a evitar que la infección se propague a las personas de su hogar y comunidad.

¿Podría tener COVID-19?

Los síntomas más comunes de COVID-19 son fiebre, tos y dificultad para respirar. Si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar, pero no ha estado cerca de nadie que usted sepa que tenga COVID-19, la probabilidad de que tenga COVID-19 es bastante baja. COVID-19 está circulando en algunas comunidades en Alabama, pero otros virus respiratorios están circulando en Alabama también.

¿Debo ir a mi médico y hacerme la prueba de COVID-19?

Si usted tiene cualquiera de las condiciones que pueden aumentar su riesgo de una infección viral seria—de 60 años o más, está embarazada o tiene condiciones médicas—llame a la oficina de su médico y pregunte si necesita ser evaluado en persona. Es posible que deseen vigilar su salud más de cerca o hacerle una prueba de COVID-19 o de influenza.

Si usted no tiene una condición de alto riesgo y sus síntomas son leves, no necesita ser evaluado en persona y no necesita hacerse la prueba de COVID-19. Actualmente no hay medicamento para tratar el COVID-19.

¿Qué debo hacer para evitar que mi infección se propague a mi familia y a otras personas de la comunidad?

Quédese 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 lugares públicos. Evite el uso del transporte público, el uso compartido de vehículos o los taxis.

Sepárese de otras personas y animales en su hogar

Personas: En la medida que sea posible, debe permanecer en una habitación específica y lejos de otras personas en su hogar. Además, debe usar un baño separado, si está disponible.

Animales: Debe restringir el contacto con mascotas y otros animales mientras esté enfermo. Cuando sea posible, pida a otro miembro de su hogar que cuide de sus animales mientras esté enfermo; si debe cuidar de su mascota, lávese las manos antes y después de interactuar con las mascotas y use una mascarilla.

Llame con anticipación antes de visitar a su médico

Si tiene una cita médica, llame a su proveedor de atención médica y dígame que tiene síntomas que son consistentes con COVID-19. Esto ayudará al consultorio del proveedor de atención médica a tomar medidas para evitar que otras personas se infecten o expongan.

Use una mascarilla

Debe usar una mascarilla cuando esté cerca de otras personas (por ejemplo, compartiendo una habitación o vehículo) o mascotas y antes de entrar en el consultorio de un proveedor de atención médica. Si usted no puede usar una mascarilla (por ejemplo, porque le causa problemas para respirar), entonces las personas que viven con usted no deben estar en la misma habitación con usted, o deben usar una mascarilla si entran en su habitación.

Evite compartir artículos personales del hogar

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.

Lávese las manos con frecuencia

Lávese las manos 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.

Limpie todas las superficies de “alto contacto” todos los días

Las superficies de alto contacto incluyen encimeras, mesas, pomos de puertas, accesorios de baño, inodoros, teléfonos, teclados, tabletas y mesitas de noche. Además, limpie las superficies que puedan tener sangre, heces o líquidos corporales. Utilice un espray de limpieza para el hogar o una toallita, de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta. Las etiquetas contienen instrucciones para un uso seguro y eficaz del producto de limpieza, incluyendo las precauciones que debe tomar al aplicar el producto, como usar guantes y asegurarse de que tenga una buena ventilación durante el uso del producto.

Vigile sus síntomas

Busque atención médica inmediata si su enfermedad empeora (por ejemplo, dificultad para respirar). Antes de buscar atención médica, llame a su proveedor de atención médica y dígame que sus síntomas son consistentes con COVID-19. Póngase una mascarilla antes de entrar en el centro. Estos pasos ayudarán a evitar que otras personas en el consultorio del médico o en la sala de espera contraigan la infección.

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

Discontinuación del aislamiento en el hogar

Si tiene fiebre, tos o dificultad para respirar y no ha estado cerca de nadie que haya sido diagnosticado con COVID-19, debe permanecer alejado de los demás durante siete días o hasta 72 horas después de que la fiebre haya desaparecido sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre y los síntomas mejoren.