

## **Pautas de aislamiento en el hogar para personas con síntomas de COVID-19 O un resultado positivo de la prueba para COVID-19**

Si tiene síntomas de COVID-19 (fiebre, tos, falta de aliento) y no se ha realizado la prueba, o si ha recibido un resultado positivo de la prueba para COVID-19, debe seguir los pasos a continuación hasta que cumpla con los criterios enumerados a continuación para el aislamiento en el hogar para evitar la propagación de COVID-19 a otras personas:

- **Quedarse en casa excepto para recibir atención médica.**

Debe restringir las actividades fuera de su hogar, excepto para obtener atención médica. No vaya al trabajo, la escuela o las áreas públicas. No utilice el transporte público, viaje-compartido o taxis.

- **Separarse de otras personas en su hogar**

En la medida que sea posible, debe permanecer en una habitación específica y lejos de otras personas en su hogar (al menos 6 pies siempre que sea posible). Además, debe usar un baño diferente, si está disponible. Restrinja a los visitantes que no tienen una necesidad esencial de estar en el hogar. No debe ser responsable de cuidar a los demás.

- **Llame con anticipación 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 proveedor de atención médica a tomar medidas para evitar que otras personas se infecten o se expongan. Busque atención médica inmediata si su enfermedad está empeorando (por ejemplo, falta de aliento o dificultad para respirar). Antes de buscar atención, llame a su proveedor de atención médica y díga que usted es una persona que está confirmada que tiene, o está siendo evaluado, COVID-19. Póngase una máscara facial antes de ingresar a las instalaciones. Estos pasos ayudarán al consultorio del proveedor de atención médica a evitar que otras personas se infecten o se expongan.

- **Usar una mascarilla**

Debe usar una máscara facial cuando esté cerca de otras personas (por ejemplo, compartiendo una habitación o vehículo) y antes de ingresar al consultorio de un proveedor de atención médica. Si no puede usar una máscara facial (por ejemplo, porque causa problemas para respirar), las personas que viven con usted no deben permanecer en la misma habitación que usted, o deben usar una máscara facial si están en la misma habitación que tú.

- **Cubra sus toses y estornudos**

Cubra su boca y nariz con un pañuelo cuando tosa o estornude. Lanza pañuelos de papel usados en un bote de basura forrado e inmediatamente limpie sus manos con agua y jabón o puede usar desinfectante a base de alcohol.

- **Limpia tus manos**

Lávate las manos con frecuencia. Lávese bien con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Alternativamente, si sus manos no están visiblemente sucias, puede usar un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol, frotando en todas las superficies de las manos hasta que se seque. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

- **Evite compartir artículos personales del hogar**

No debe compartir platos, vasos, utensilios para comer, toallas o ropa de cama con otras personas en su hogar. Después de usar estos elementos, deben ser lavado profundamente con jabón y agua caliente.

- **Discontinuar el aislamiento del hogar**

Las personas con COVID-19 que tienen síntomas y fueron dirigidas a aislarse en el hogar pueden suspender el aislamiento en el hogar bajo las siguientes condiciones:

- **Si ha experimentado síntomas:**

- Han transcurrido al menos 10 días desde que aparecieron sus síntomas por primera vez

**Y**

- No ha tenido fiebre durante al menos 24 horas (sin el uso de medicamentos para bajar la fiebre y mejorar sus síntomas)

- **Si nunca experimentaste síntomas:**

- Han transcurrido al menos 10 días desde el resultado positivo de la prueba (suponiendo que no desarrolle síntomas después de la prueba positiva; si desarrolla síntomas después de la prueba positiva, use los criterios "Si ha experimentado síntomas" anteriores para determinar cuándo es seguro discontinuar el aislamiento).

Tenga en cuenta que las cartas de volver al trabajo deben provenir de un proveedor de atención médica. El Departamento de Salud y Medio Ambiente del Condado de Larimer no tiene ni puede proporcionarle una carta que lo autorice a volver a trabajar. La salud pública no requiere que las personas tengan una prueba negativa para volver al



---

trabajo. Si su empleador lo requiere, puede comunicarse con su médico u otro proveedor de atención médica, o dirigir a su empleador a nuestro Centro de Información Conjunta al 970-498-5500.