

# ¿Qué debo realizar cuando tengo aislamiento domiciliario?

## RECUERDA QUE ESTE DURA 14 DÍAS.



Usar mascarilla quirúrgica. Si no cuentas con una tápate la nariz al toser o estornudar con un pañuelo desechable, con el ángulo interno del codo, y lávate las manos inmediatamente



Estar en una habitación individual y bien ventilada. Si no cuentas con una, permanece a 1 metro de otras personas.



Dormir en una habitación individual si es posible, si no descansa en una cama individual a un metro de distancia de los demás.



No tocar, ni manipular la mascarilla mientras la estés usando.



Cambiar de mascarilla cuando se moje o manche de secreciones. Una vez que la deseches lávate bien las manos.



Colocar todos los desechos que generes en un recipiente con una funda roja rotulada material contaminado.



Lávate las manos antes de comer, después de usar el baño y siempre que identifiques suciedad en las manos.



Cuenta con una vajilla exclusiva para tu uso. Recuerda que debe lavarse por separado.

SI UNO DE LOS CONTACTOS PRESENTA SÍNTOMAS DE INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA, FIEBRE, TOS, DOLOR DE GARGANTA Y DIFICULTAD RESPIRATORIA, DEBE ACUDIR AL CENTRO DE SALUD MÁS CERCANO (NO AL HOSPITAL).