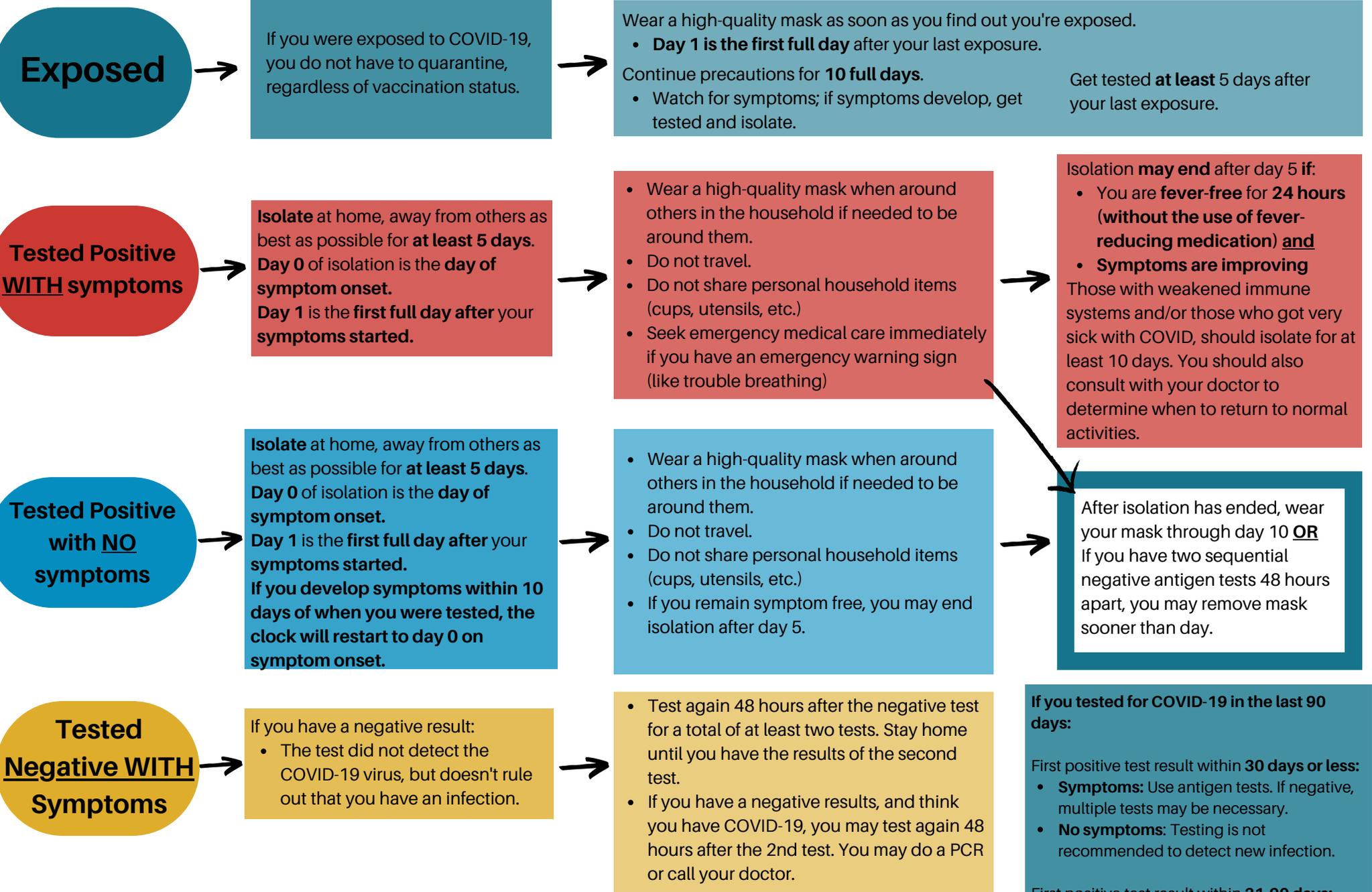


COVID-19 GUIDANCE



List of symptoms:

Fever or chills, cough, shortness of breath or difficulty breathing, fatigue, muscle or body aches, headache, new loss of taste and/or smell, sore throat, congestion or runny nose, nausea or vomiting, diarrhea

GUÍA DEL COVID-19

Actualizado por RCPH agosto 19, 2022



Expuesto

Si estuvo expuesto al COVID-19, no tiene que ponerse en cuarentena, independientemente del estado de vacunación.

Use una máscara de alta calidad tan pronto como descubra que está expuesto.

- **El día 1 es el primer día completo después de su última exposición.**

Continúe con las precauciones durante **10 días completos**. Hágase la prueba **al menos 5 días** después de su última exposición.

- Esté atento a los síntomas; si se desarrollan síntomas, hágase la prueba y aísle.

Prueba positiva CON síntomas

Aislar en casa, lejos de los demás lo mejor posible durante **al menos 5 días**.
El **día 0** del aislamiento es el **día del inicio de los síntomas**.
El **día 1** es el **primer día completo después de que comenzaron sus síntomas**.

- Use una máscara de alta calidad cuando esté cerca de otras personas en el hogar si es necesario estar cerca de ellos.
- No viajar.
- No comparta artículos personales del hogar (tazas, utensilios, etc.)
- Busque atención médica de emergencia de inmediato si tiene una señal de advertencia de emergencia (como dificultad para respirar)

El aislamiento **puede terminar** después del día 5 si:

- Usted está **libre de fiebre durante 24 horas (sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre) Y**
- **los síntomas están mejorando**

Aquellos con sistemas inmunitarios debilitados y/o aquellos que se enfermaron mucho con COVID, deben aislarse por lo menos 10 días. También debe consultar con su médico para determinar cuándo volver a las actividades normales.

Prueba positiva SIN síntomas

Aislar en casa, lejos de los demás lo mejor posible durante **al menos 5 días**.
El **día 0** del aislamiento es el **día del inicio de los síntomas**.
El **día 1** es el **primer día completo después de que comenzaron sus síntomas**.
Si desarrolla síntomas dentro de los 10 días posteriores a la prueba, el reloj se reiniciará al día 0 al inicio de los síntomas.

- Use una máscara de alta calidad cuando esté cerca de otras personas en el hogar si es necesario estar cerca de ellos.
 - No viajar.
 - No comparta artículos personales del hogar (tazas, utensilios, etc.)
- Si permanece libre de síntomas, puede terminar el aislamiento después del día 5.

Después de que el aislamiento haya terminado, use su máscara hasta el día 10 **O** **Si tiene dos pruebas secuenciales de antígenos negativas con 48 horas de diferencia, puede quitarse la máscara antes del día.**

Prueba negativa CON síntomas

Si tiene un resultado negativo:

- La prueba no detectó el virus COVID-19, pero no descarta que tenga una infección.

- Vuelva a realizar la prueba 48 horas después de la prueba negativa para un total de al menos dos pruebas. Quédense en casa hasta que tenga los resultados de la segunda prueba.
- Si tiene resultados negativos y cree que tiene COVID-19, puede volver a hacerse la prueba 48 horas después de la 2ª prueba. Puede hacer una PCR o llamar a su médico.

Si se hizo la prueba de COVID-19 en **los últimos 90 días**:

Primer resultado positivo de la prueba dentro de los 30 días o menos:

- **Síntomas:** Use pruebas de antígenos. Si es negativo, pueden ser necesarias múltiples pruebas.
- **Sin síntomas:** No se recomiendan las pruebas para detectar una nueva infección.

Primer resultado positivo de la prueba dentro de **31-90 días**:

- **Síntomas:** Use pruebas de antígenos. Si es negativo, pueden ser necesarias múltiples pruebas.
- **Sin síntomas:** Use pruebas de antígenos. Si es negativo, pueden ser necesarias múltiples pruebas.

Lista de síntomas:

Fiebre o escalofríos, tos, dificultad para respirar o dificultad para respirar, fatiga, dolores musculares o corporales, dolor de cabeza, nueva pérdida del gusto y/o del olfato, dolor de garganta, congestión o secreción nasal, náuseas o vómitos, diarrea