



COVID-19

DEPARTAMENTO DE SALUD DE HAWAII

Instrucciones para los CONTACTOS CERCANOS con una persona con COVID-19

El **contacto cercano** se puede definir como cualquiera de los siguientes:

- Vivir en el mismo hogar con una persona con COVID-19
- Estar a menos de 6 pies de una persona con COVID-19 por un período de 24 horas para un total combinado de 15 minutos o más
- Cuidar a una persona con COVID-19
- Estar en contacto directo con las secreciones de una persona con COVID-19 (por ejemplo: que le haya tosido encima, se hayan besado, etc.)

Comuníquese con su proveedor de atención médica[¶] para que le hagan la prueba de COVID-19:

- Resultado positivo: Es un **caso** de COVID-19 que ya no es un "contacto cercano"
Quédese en casa por 10 días y supervise los síntomas
- Resultado negativo: No está infectado con COVID-19 al momento de la prueba
Todavía puede desarrollar la infección por COVID-19
Debe permanecer en cuarentena por el tiempo que se determina a continuación

Quédese en casa (cuarentena)

- **Contacto con miembros del hogar asintomáticos (viviendo en la misma casa; contacto continuo con la persona que tiene COVID-19):** Permanezca en casa por 10 días[§] después que la persona con COVID-19 sea liberada del aislamiento.
- **Contacto con personas asintomáticas fuera del hogar (no viviendo con personas que tienen COVID-19):** Permanecer en el hogar durante 10 días[§] después del último contacto cercano con la persona con COVID-19. **Sus contactos familiares/de su hogar no necesitan quedarse en casa, a menos que usted de positivo o que ellos estén enfermos.**

Para los contactos del hogar y aquellos fuera del hogar, durante su periodo de cuarentena usted debe:

- **Salga de su hogar SOLO para recibir atención médica (llame a su proveedor de atención médica[¶] primero e infórmele que ha estado en contacto cercano con una persona con COVID-19). No debe usar transporte público, viajes compartidos o taxis.**
- No permita visitantes
- Manténgase en una parte de la casa separado de los demás que viven con usted, preferiblemente en una habitación usted solo.
- Si debe estar cerca de los demás en su hogar, utilice un cobertor de cara y manténgase a por lo menos 6 pies de distancia.
- Supervise su salud diariamente para síntomas de COVID-19 (ej., fiebre, tos, dificultad para respirar, dolor de cabeza, garganta irritada, pérdida repentina del gusto u olfato, náusea, vómito, diarrea, fatiga, dolores en el cuerpo, etc.)
- **Si desarrolla síntomas de COVID-19, llame a su proveedor de atención médica[¶] regular e infórmele que ha estado en contacto con una persona con COVID-19 y que ha desarrollado síntomas nuevos.**
- Evite la propagación de los gérmenes
- No comparta objetos personales del hogar (por ejemplo: platos, toallas, sábanas, etc.)
 - Limpie todas las áreas de contacto frecuente (ej., mesas, manubrios, tiradores, teléfonos, teclados, grifos, etc.)
 - Lávese las manos frecuentemente con jabón y agua por 20 segundos o con desinfectante de manos que contenga por lo menos un 60% de alcohol
 - Siempre debe lavarse las manos inmediatamente después de quitarse los guantes y de estar en contacto con un enfermo
Evite tocarse los ojos, nariz y boca sin lavarse las manos

[¶]Si no tiene un proveedor de atención médica, o si tiene preguntas, visite <https://www.auw211.org/> o llame al 211

[§]La cuarentena de 14 días sigue aplicando a lugares de congregación (ej., centros de cuidados a largo plazo, residencias geriátricas, centros de vida asistida, centros correccionales, albergues, centros de tratamiento y rehabilitación residenciales, viviendas militares, etc.).