



# RECOMENDACIONES PARA EL COVID-19

## DEPARTAMENTO DE SALUD DE HAWÁII

### QUÉ HACER SI LA PRUEBA DE COVID-19 DIO POSITIVO

*Para evitar propagar la enfermedad, siga estas pautas.*

- Permanezca en su hogar, excepto cuando busque atención médica**
  - Permanezca en el hogar hasta que:
    - Hayan pasado al menos 10 días desde la aparición de los síntomas (o si es asintomático, al menos 10 días desde que envió la prueba); **Y**
    - Hayan pasado al menos 24 horas sin tener fiebre sin haber usado medicamentos antifebriles; **Y**
    - Hayan mejorado sus síntomas (por ejemplo, falta de aliento).
- Evite usar transporte público, viajes compartidos o taxis**
- Sepárese del resto de las personas en su hogar**
  - Aíslese en una "habitación para enfermos"
  - Use un baño aparte
  - Si tiene que estar cerca de otras personas dentro o fuera de su casa, use barbijo
  - Evite compartir artículos personales con las otras personas de su hogar (por ejemplo: platos, toallas, sábanas)
  - Limpie todas las superficies que se toquen frecuentemente (por ejemplo: mesadas, picaportes). Use aerosoles o toallitas de limpieza de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta
- Evite el contacto directo con las mascotas, como acariciar, abrazar, ser besado o lamido, dormir en el mismo lugar y compartir comida.**
  - De ser posible, designar a un solo miembro del hogar para que cuide las mascotas/animales de servicio. Este debe seguir las prácticas estándar de lavado de manos antes y después de interactuar con el animal
- Haga una lista de todos aquellos con los que haya tenido contacto estrecho mientras estaba enfermo (incluya 2 días antes de enfermarse; si es asintomático, dos días antes de enviar la prueba)**
  - El personal del Departamento de Salud lo llamará para pedir esta información.
  - El contacto estrecho 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.)
- Haga reposo y manténgase hidratado**
- Controle minuciosamente sus síntomas.** Si sus síntomas empeoran, llame inmediatamente a su médico habitual
- Responda de inmediato cuando el personal del Departamento de Salud lo llame para controlarlo durante el aislamiento**
- En caso de emergencia médica, llame al 911** y notifique al despachante que usted tiene COVID-19. Las señales de advertencia del COVID-19 pueden incluir:
  - Dificultad para respirar
  - Dolor o presión persistente en el pecho
  - Confusión reciente

- Incapacidad de despertarse o permanecer despierto
- Cara o labios azulados

**Cubra su boca y nariz al estornudar o toser**

**Lávese frecuentemente las manos** con agua y jabón durante al menos 20 segundos o límpieselas con sanitizante de manos con base de alcohol compuesto por al menos un 60% de alcohol.