



COVID-19: CUARENTENA EN CASA

LO QUE NECESITA SABER



La cuarentena se usa para mantener a alguien que podría haber estado expuesto al COVID-19 alejado de los demás. Esto ayuda a prevenir infectar a otros que puede ocurrir antes de que una persona sepa que está enferma o si está infectada con el virus sin sentir síntomas.

El aislamiento sirve para mantener a una persona que tiene COVID-19 o síntomas de COVID-19 alejada de los demás, incluso en su propia casa.

Debe ponerse en cuarentena durante 14 días después de su última exposición a la COVID-19 si:

- tuvo contacto cercano (dentro de 6 pies durante 15 minutos o más) con alguien que tiene COVID-19 o síntomas de COVID-19
- su médico o departamento de salud local le ha indicado que puede haber estado expuesto y que necesita estar en cuarentena

Mientras está en cuarentena en casa, debe:



Quedarse en casa por al menos 14 días después de su último contacto cercano o exposición.



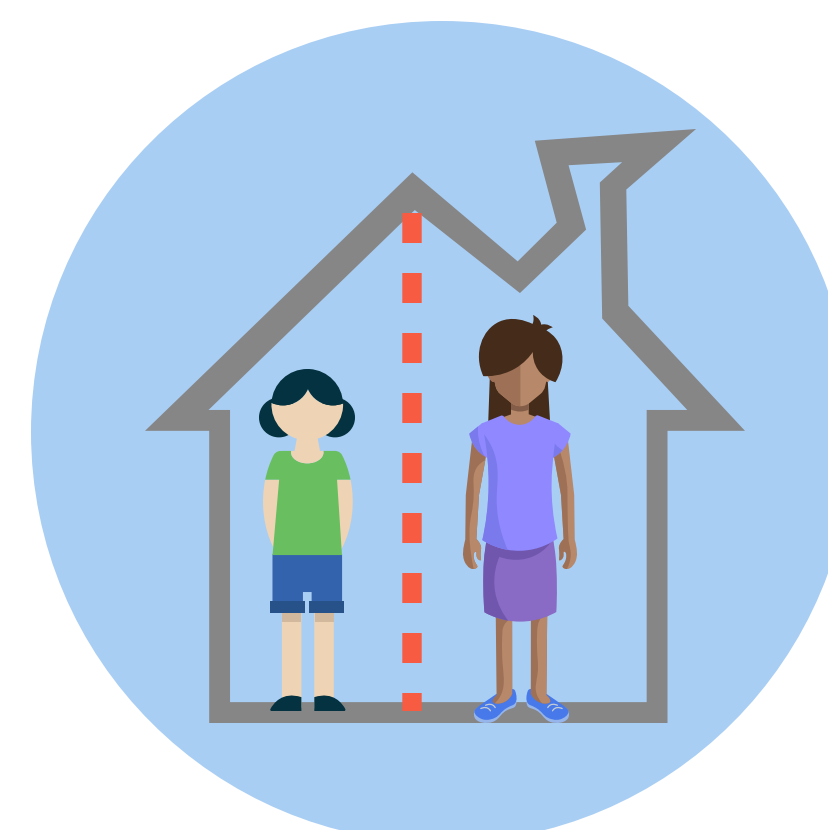
Pida ayuda para obtener los artículos esenciales (alimentos, medicamentos, productos esenciales).



Si debe salir, evite el contacto cercano y mantenga al menos 6 pies de distancia de los demás. **Use una cubierta facial de tela** cuando salga.



Tómese la temperatura dos veces al día y vigilar los síntomas de COVID-19 (fiebre de 100.4 ° F o más, escalofríos, tos, dolor de garganta, dolor de cuerpo, pérdida de sabor u olfato, etc.).



Separarse de los demás si desarrolla síntomas, y consulte con su proveedor de atención salud médica (médico) para ver si debe hacerse la prueba.



Prueba de COVID-19 Gratuita

Si cree que usted o alguien en su casa o trabajo tiene COVID-19 y desea hacerse la prueba, visite ohealthinfo.com/covidtest para encontrar dónde puede hacerse la prueba.

Recursos de COVID-19

Para más información sobre ayuda para obtener alimentos, pérdida de un trabajo, problemas para pagar la renta o obtener atención médica, visite together.ocgov.com.

Para más información sobre COVID-19, visite www.ohealthinfo.com/novelcoronavirus o llame a la Línea de Referencia de Salud de la Agencia del Cuidado de Salud de OC al (800) 564-8448.