Permanezca en Casa Cuando Esté Enfermo y Haga la Prueba

El Departamento de Salud Pública de California (CDPH) indica que hacerse la prueba de COVID-19 cuando los síntomas son consistentes con COVID-19 ayudará con el rastreo rápido de contactos y evitará una posible propagación en las escuelas. CDPH recomienda lo siguiente:

- Los miembros del personal y los estudiantes con síntomas de infección por COVID-19 no deben regresar a la enseñanza en persona hasta que hayan cumplido con estos criterios:
    - Han transcurrido por lo menos 24 horas desde la resolución de la fiebre sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre; ***y***
    - Otros síntomas han mejorado; ***y***
    - Tienen una prueba de COVID-19 negativa, ***o*** un proveedor de atención médica ha proporcionado documentación de que los síntomas son típicos de su enfermedad crónica subyacente (por ejemplo, alergias o asma) ***o*** un proveedor de atención médica ha confirmado un diagnóstico alternativo por nombre (por ejemplo, faringitis estreptocócica, virus Coxsackie), ***o*** han pasado al menos 10 días desde el inicio de los síntomas.

Siga las **directrices de los CDC** para Quedarse en Casa cuando Esté Enfermo y Hacerse la Prueba:

- Estudiantes, maestros y personal que tienen **síntomas** de enfermedades infecciosas como influenza (gripe) o COVID-19, deben quedarse en casa y comunicarse con su proveedor de atención médica para obtener pruebas y atención.
- Los padres y tutores deben mantener a los niños en casa si muestran signos y síntomas de COVID-19 y hacerles la prueba.

Síntomas Comunes de COVID-19 (CDPH)

- Dolor de cabeza / jaqueca
- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Falta de aliento o dificultad para respirar
- Fatiga (cansancio)
- Dolores musculares o corporales
- Nueva pérdida del gusto o del olfato
- Dolor de garganta
- Congestión o secreción nasal
- Náuseas o vómitos
- Diarrea

SAN MATEO COUNTY OFFICE OF EDUCATION