

STAY SAFE MN

Qué hacer si tiene COVID-19

Si le hicieron la prueba del COVID-19 y salió positiva, debe apartarse de los demás y estar atento a síntomas como fiebre, tos, falta de aire, escalofríos, dolor de cabeza, dolores musculares, dolor de garganta, fatiga, congestión o pérdida del gusto o del olfato. De esta manera, se protege no sólo a sí mismo, sino a su familia y su comunidad.

Si necesita atención médica, siga las instrucciones de la última página. Si tiene síntomas de COVID-19 leves o moderados y su riesgo de enfermarse gravemente es alto, es posible que pueda recibir medicamentos. Visite [Opciones de medicación para COVID-19 \(COVID-19 Medication Options\)](https://www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/meds.html) (www.health.state.mn.us/diseases/coronavirus/meds.html) para obtener más información.

Apártese de los demás



Quédese en casa. No vaya al trabajo, la escuela o cualquier otro sitio fuera de su casa. Quédese en casa hasta que se cumplan estas tres condiciones:

- Se siente mejor. Su tos, dificultad para respirar u otros síntomas han mejorado
y
- Han pasado 10 días desde que se sintió enfermo por primera vez
y
- En las últimas 24 horas no ha tenido fiebre, sin tomar medicamentos para bajarla.



Manténgase alejado de las demás personas en su hogar. Si es posible, quédese en una habitación aparte y use un baño separado, si está disponible.



Póngase una mascarilla si necesita estar cerca de otras personas y cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo descartable cuando tosa o estornude. Luego, lávese las manos cuidadosamente.



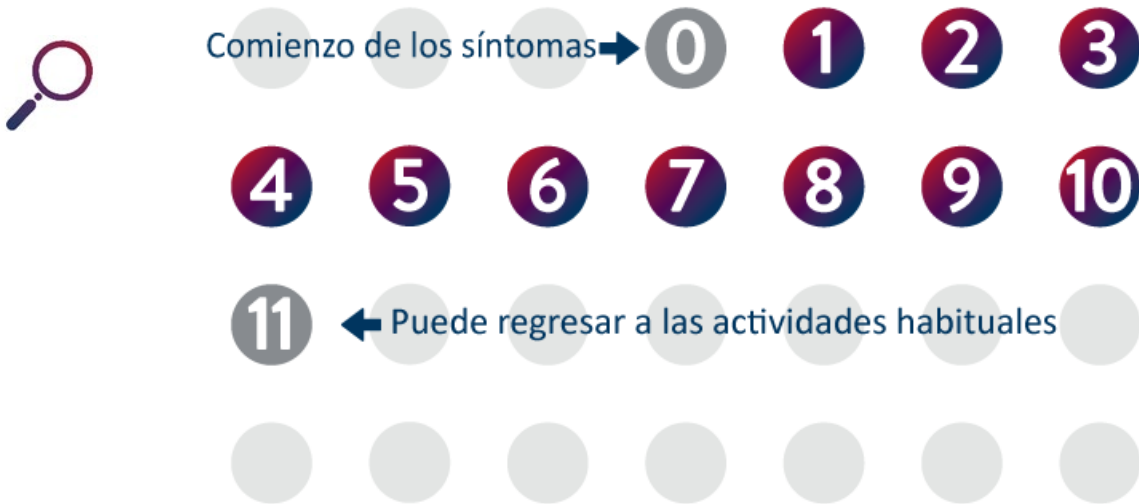
Evite compartir los utensilios caseros. No comparta los alimentos, platos, vasos, copas, cubiertos, toallas o sábanas con las demás personas de su hogar. Después de usarlos, lávelos cuidadosamente con agua y jabón. Limpie con frecuencia todas las superficies de su casa que haya tocado, incluyendo las perillas de las puertas, los interruptores de luz o los grifos de agua.



Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante un mínimo de 20 segundos, o use un gel antiséptico con base de alcohol de, cuando menos, 60%. Evite tocarse la cara si no se ha lavado las manos.

Por favor, revise con atención la información adicional suministrada en la página web del departamento de salud y del Centro para el Control de Enfermedades (CDC) sobre [Limpieza y Desinfección de los Hogares \(Cleaning and Disinfection for Households\)](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/cleaning-disinfection.html) (www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prepare/cleaning-disinfection.html).

Monitoree sus síntomas



RELLENE SU INFORMACIÓN PARA SABER CUANDO PUEDE REGRESAR A SUS ACTIVIDADES HABITUALES.

Si tiene síntomas:

Mis síntomas comenzaron el día _____ (rellene el campo con la fecha correspondiente). Estoy comenzando a sentirme mejor y no he tenido fiebre en las últimas 24 horas. Aún debo quedarme en casa y alejado de otras personas hasta el día _____ (10 días después de que comenzaron sus síntomas).

Si no tiene síntomas:

Recibí un resultado positivo de COVID-19 el día _____ (rellene el campo con la fecha correspondiente), pero no tengo ningún síntoma. Aún debo quedarme en casa hasta el día _____ (10 días después del día de la prueba).

SI SUS SÍNTOMAS EMPEORAN, TIENE DIFICULTAD PARA RESPIRAR O NECESITA ATENCIÓN MÉDICA:

Póngase en contacto con su profesional de la salud. Llámelo antes de ir a verlo. No use ningún medio de transporte público o compartido (como Uber o Lyft), ni taxis, si necesita ir a una clínica u hospital.

Si necesita atención médica de emergencia en cualquier momento durante el periodo de aislamiento, llame al 911 e informe que le han diagnosticado COVID-19.



Minnesota Department of Health | health.mn.gov | 651-201-5000 | 625 Robert Street North PO Box 64975, St. Paul, MN 55164-0975

Póngase en contacto con: health.communications@state.mn.us para solicitar otro tipo de formato. | 8/3/2021 (Spanish)