

Cuarentena

La cuarentena se usa para mantener a alguien que podría haber estado expuesto O ha estado expuesto al COVID-19 lejos de otras personas. La cuarentena ayuda a prevenir la propagación de enfermedades que pueden ocurrir antes de que una persona sepa que está enferma o si está infectada con el virus sin sentir síntomas. Las personas en cuarentena deben quedarse en casa, separarse de los demás, controlar su salud y seguir las instrucciones de su Departamento de Salud Local o Estatal. En casa, cualquier persona enferma o infectada debe separarse de los demás, permanecer en una "habitación o área para enfermos" específica y usar un baño separado (si está disponible).

Aislamiento

El aislamiento mantiene alejado de los demás a alguien que está enfermo O a alguien que estuvo positivo por COVID-19 sin síntomas, incluso en su propia casa. Las personas en aislamiento deben quedarse en casa hasta que hayan pasado 10 días desde que comenzaron sus síntomas, Y al menos 24 horas sin fiebre Y 24 horas sin medicamentos para su enfermedad Y los síntomas hayan mejorado significativamente.

Quédese en casa excepto para recibir atención médica

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/isolation.html>

- Controle sus síntomas. Si tiene una señal de advertencia de emergencia (incluida la dificultad para respirar), busque atención médica de emergencia de inmediato.
- Permanezca en una habitación separada de otros miembros del hogar, si es posible. Las personas "aisladas" deben estar en un área separada de las que están en "cuarentena". (* notificar a la enfermera de la escuela si no es posible)
- Use un baño separado, si es posible. Las personas "aisladas" deben usar un baño separado de las personas en "cuarentena". (* notificar a la enfermera de la escuela si no es posible)
- Evite el contacto con otros miembros del hogar y mascotas.
- No comparta artículos domésticos personales, como tazas, toallas y utensilios.
- Use una máscara cuando esté cerca de otras personas, incluidos los miembros del hogar.
- Esté atento a los síntomas de COVID-19
- Las personas con COVID-19 han informado de una amplia gama de síntomas, que van desde síntomas leves hasta enfermedades graves. Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus. Las personas con estos síntomas pueden tener

COVID-19:

- Fiebre o escalofrío
- Tos
- Falta de aire o dificultad para respirar.
- Fatiga
- Dolores musculares o corporales
- Dolor de Cabeza
-
- Nueva pérdida del gusto u olfato
- Sore throat
- Congestión o secreción nasal.
- Náuseas o vómitos
- Diarrea

Esta lista no incluye todos los síntomas posibles. Los CDC continuarán actualizando esta lista a medida que aprendamos más sobre COVID-19.

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>