

## Residentes de Nueva Jersey que tuvieron un resultado positivo para COVID-19: instrucciones y próximos pasos

Pregunta	Instrucciones
<p><b>Tuve un resultado positivo para COVID-19. ¿Qué debo hacer ahora?</b></p>	<p>Si dio positivo, debe quedarse en casa y autoaislarse. Esto significa permanecer en una habitación diferente de las demás personas en su hogar y, si es posible, usar un baño separado. Debe autoaislarse hasta que hayan pasado 1 día completo (o 24 horas) desde que tuvo fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles <b>Y</b> hayan mejorado considerablemente otros síntomas; <b>ADEMÁS</b>, deben haber pasado, al menos, 10 días desde que aparecieron los síntomas por primera vez o, si no tuvo síntomas, debe quedarse en casa durante los 10 días posteriores a recibir los resultados positivos de la prueba.</p> <p>Si vive con otras personas y estas no se hicieron la prueba, deben mantenerse alejadas de usted. Esto incluye no comer juntos y no sentarse juntos en la casa. Practique distanciamiento social tanto como sea posible (manténgase al menos a 6 pies de los demás).</p>
<p><b>¿Qué deben saber o hacer las personas que viven en mi casa?</b></p>	<p>Si son <b>sintomáticos</b> (están enfermos; tienen síntomas de COVID-19), también deben <b>autoaislarse</b> durante 1 día completo (o 24 horas) hasta que no tengan fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles <b>Y</b> hayan mejorado considerablemente otros síntomas; <b>ADEMÁS</b>, deben haber pasado, al menos, 10 días desde que aparecieron los síntomas por primera vez. Si los síntomas son leves, deben recuperarse en casa. Si los síntomas empeoran y se necesita una evaluación médica, llame al proveedor de atención médica. Considere realizarse una prueba del virus de la COVID-19 para saber si está infectado en este momento.</p> <p>Si son <b>asintomáticos</b> (no están enfermos; no tienen síntomas de COVID-19), deben <b>ponerse en cuarentena</b> durante 14 días DESPUÉS de que termine el período de autoaislamiento de cualquier persona enferma del grupo familiar. Si la persona asintomática desarrolla síntomas, debe seguir las instrucciones de autoaislamiento anteriores. Los síntomas pueden tardar entre 2 y 14 días en aparecer. Es importante que controlen su salud durante el tiempo suficiente para asegurarse de que no desarrollen síntomas. Considere realizarse una prueba del virus de la COVID-19 para saber si está infectado en este momento.</p>
<p><b>¿Cuál es la diferencia entre los síntomas leves y los moderados?</b></p>	<p>Tiene síntomas leves cuando se siente mal, pero puede quedarse en casa y manejarlo allí. La mayoría de las personas con síntomas leves pueden recuperarse en casa. Consulte la información anterior para saber cuánto tiempo debe permanecer en casa/autoaislarse.</p> <p>Los síntomas moderados son aquellos para los que puede necesitar una evaluación médica de su proveedor de atención médica. Si sus síntomas empeoran con el tiempo y no mejoran, especialmente si tiene dificultad para respirar, llame a su proveedor de atención médica para determinar los próximos pasos.</p>

**¿Debo decirles a otras personas que pueden haber estado expuestas al virus COVID-19?**

Aquellos que hayan estado más cerca de usted durante un tiempo prolongado estarán en mayor riesgo. Los miembros del grupo familiar y otras personas con quienes haya pasado un tiempo prolongado (más de 10 minutos) a menos de 6 pies, o con quienes haya compartido una comida, tendrán un mayor riesgo y se les debe recomendar que se pongan en cuarentena en su hogar durante 14 días DESPUÉS de que termine su período de autoaislamiento o el de cualquier persona enferma del grupo familiar. Si la persona asintomática desarrolla síntomas, debe seguir las instrucciones de autoaislamiento anteriores.

Las personas que no pasaron un tiempo prolongado (menos de 10 minutos) a menos de 6 pies tienen un riesgo menor. Esto incluiría personas con las que pueda haber estado en un espacio cerrado durante un tiempo prolongado. Estas personas deben controlar su salud; no hay restricciones sobre adónde pueden ir. Deben lavarse las manos con frecuencia y practicar distanciamiento social. En lo posible, debe notificarles a las personas anteriores sobre su enfermedad. Puede informarles a los supervisores del trabajo o la escuela para ayudar con este proceso.

No se considera que estén en riesgo las personas con las que haya tenido contacto casual (p. ej., que pasaron a su lado por el pasillo, pasaron un tiempo breve con usted dentro de una habitación, compartieron un viaje corto con usted en ascensor); por lo tanto, no es necesario que se comunique con ellas.