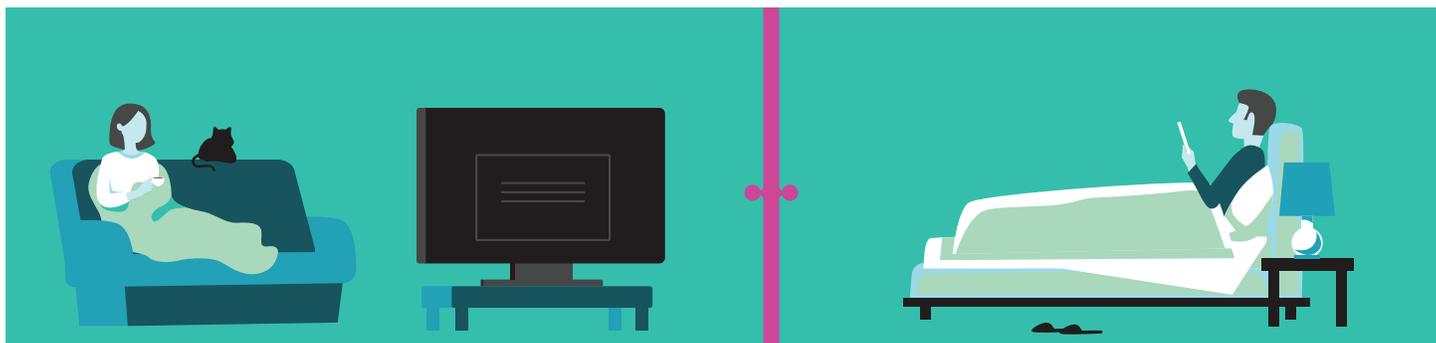


# ¿Qué significa el auto-aislamiento?



El auto-aislamiento es para las personas que ya están enfermas o han obtenido resultados positivos del COVID-19. Si alguien en tu hogar obtiene un resultado positivo del COVID-19, todos los que viven contigo deben quedarse en casa.

El auto-aislamiento es para personas enfermas que no están lo suficiente enfermas para estar en el hospital. Tu doctor podría decirte que debes recuperarte en casa. El aislamiento mantiene a personas enfermas lejos de personas saludables para evitar que la enfermedad se propague. Incluso en tu casa, debes tratar de mantenerte alejado de otras personas lo más posible. Quédate en casa EXCEPTO si vas a recibir cuidado médico.

## Auto-aislamiento significa:



Quédate en casa



Si estás enfermo y necesitas estar más cerca que 6 pies de alguien en tu casa, ambos necesitan ponerse una máscara quirúrgica.



Debes mantenerte en un cuarto separado de otras personas en tu casa.



Usa un baño diferente



Limpia las superficies que tocas frecuentemente (teléfonos, manijas de puerta, interruptores de luz, manillas de inodoros, manillas de lavamanos, mostradores y objetos de metal)



Trata de no usar los mismos objetos personales que usan otros.

## ¿Qué significa el auto-aislamiento?

### ¿Qué debo hacer si obtengo un resultado positivo del COVID-19?

Debes aislarte hasta que ya no tengas fiebre y tus síntomas se han mejorado por un mínimo de 3 días, y han pasado por lo menos 7 días desde que te comenzaste a enfermar.

### ¿Qué deben hacer las otras personas viviendo en mi casa?

Deben mantenerse aislados lo más posible. Las otras personas en tu hogar deben mantenerse en cuarentena por 14 días desde la última vez que estuvieron contigo. Todos en tu casa deben estar en cuarentena hasta que todos estén mejor.

## No todos serán examinados por el COVID-19.

La propagación del COVID-19 está cambiando rápidamente en Utah. No todos los que se enferman necesitan examinarse por el COVID-19. Un doctor determinará si necesitas ser examinado por el virus. Puede que un doctor te haga una prueba por otras enfermedades como gripe estacional antes de hacerte la prueba del COVID-19. Si tienes síntomas como fiebre, tos o dificultad al respirar debes LLAMAR a un doctor. Tanto tú como todos en tu hogar deben aislarse en la casa hasta que todos estén mejor.

Si tus síntomas son una emergencia, llama a tu doctor inmediatamente. Algunas señales de emergencia son\*:



**Dificultad al respirar  
o falta de aire**



**Dolor o presión  
en tu pecho que  
no se va**



**Si sientes confusión  
o no puedes  
despertarte fácilmente**



**Tus labios o tu  
cara se ven azulados**

\*Estos no son todos los síntomas de emergencia. Llama a tu doctor si estás preocupado.



## Lávate las manos con agua y jabón por 20 segundos.

- Después de toser o estornudar
- Después de tocar superficies que otros tocan frecuentemente (teléfonos, manijas de puerta, interruptores de luz, manillas de inodoros, manillas de lavamanos, mostradores y objetos de metal)
- Antes de cocinar, comer y después de ir al baño.