



ANEXO B: INSTRUCCIONES PARA REALIZAR EL AISLAMIENTO EN EL HOGAR PARA PERSONAS CON COVID-19

Durante el período de aislamiento, siga las siguientes instrucciones:

1. No salga de su hogar u otra residencia excepto en caso de que necesite recibir atención médica o se produzca una emergencia en la que sea necesario evacuar el lugar de aislamiento a fin de proteger la salud y la seguridad de las personas.
2. Permanezca en una habitación en particular alejado/a de las personas con las que convive y, si es posible, use un baño destinado solo a su uso personal. Es necesario limpiar con mayor frecuencia las áreas compartidas, como la cocina o el baño, incluidos los picaportes de las puertas, los accesorios y los inodoros.
3. No salga del lugar de aislamiento para ir a trabajar.
4. No viaje, excepto si debe recibir la atención médica necesaria.
5. Utilice servicios de entrega, como Amazon o Instacart.
6. No comparta los platos, los cubiertos, las toallas, la ropa de cama ni los vasos sin antes lavarlos con agua y jabón.
7. Colabore con las instrucciones del Departamento de Salud Pública del condado de San Mateo (“Salud Pública”) en los casos en los que sea necesario recopilar las mediciones de temperatura y otros datos de salud e informarlos a las oficinas de Salud Pública o a otras entidades designadas durante todo el período de aislamiento.
8. Si su estado de salud empeora, por ejemplo, si empieza a tener dificultades para respirar, solicite atención médica de inmediato.
9. Si necesita llamar al 911, informe al operador que le han diagnosticado la COVID-19.
10. Siempre que sea posible, antes de solicitar atención médica, comuníquese con su proveedor de salud e infórmele que se le ha diagnosticado la COVID-19. Colóquese una protección facial o una mascarilla antes de salir de su vivienda para trasladarse al centro de salud.
11. Si usted frecuente, es voluntario o trabaja en un centro de enfermería especializado, un asilo de ancianos, un centro de cuidado de la memoria, un establecimiento penitenciario o de detención, un refugio, un centro comunitario, un programa diurno, un centro especializado en diálisis, un centro de atención médica o se desempeña como socorrista, adopte las medidas necesarias para informar a cada uno de esos centros que se le ha requerido permanecer aislado.

¿Cuándo finaliza el aislamiento?

Una persona con COVID-19 debe permanecer aislada durante al menos diez (10) días después de que comience a manifestar síntomas y al menos un (1) día (24 horas) después de recuperarse. La recuperación se define como la resolución de la fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles y la mejora de los síntomas asociados con la COVID-19. Si una persona con COVID-19 nunca manifiesta síntomas, debe permanecer aislada durante diez (10) días a partir de la fecha en que se realizó la prueba con resultado positivo.

Sin embargo, si la persona cumple alguno de los siguientes criterios, debe permanecer aislada durante catorce (14) días después de que comience a manifestar los síntomas y al menos siete (7) días después de recuperarse,





SAN MATEO COUNTY HEALTH

**PUBLIC HEALTH,
POLICY & PLANNING**

como se detalló anteriormente. Si una persona con COVID-19 nunca manifiesta síntomas y cumple con los siguientes criterios, debe permanecer aislada durante catorce (14) días a partir de la fecha en que se realizó la prueba con resultado positivo.

- a. Persona inmunocomprometida (consulte la lista de personas inmunocomprometidas disponible en: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/immunocompromised.html>);
- b. persona que pueda suponer un riesgo de transmisión de la infección a personas vulnerables (consulte la lista de poblaciones vulnerables disponible en: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/index.html>);
- c. persona que suele residir en entornos multitudinarios (p. ej., comunidades de jubilados, refugios, centros correccionales o de detención) donde puede haber un mayor riesgo de propagación rápida y de morbilidad o mortalidad.