

# Pare la Propagación de COVID-19



## Aislamiento



### ¿Qué es el aislamiento?

El aislamiento es para personas que han sido diagnosticadas con COVID-19. Si tiene COVID-19, estar en aislamiento significa que usted debe estar en casa y alejado de otros mientras es contagioso para prevenir la propagación del virus a otros.

Si está completamente vacunado y la prueba de COVID-19 es positiva, aún debe aislarse.

### Duración del aislamiento

Si tiene COVID-19 con síntomas ligeros, usted debe aislarse hasta que:

- 10 días hayan pasado desde que sus síntomas iniciaron **Y**
- No tenga fiebre de 100.4° F o más por al menos 24 horas sin el uso de medicamentos reductores de fiebre **Y**
- Sus síntomas, tales como tos, y dificultad para respirar estén mejorando.

Si tiene COVID-19 y no tiene ningún síntoma, usted debe aislarse hasta que:

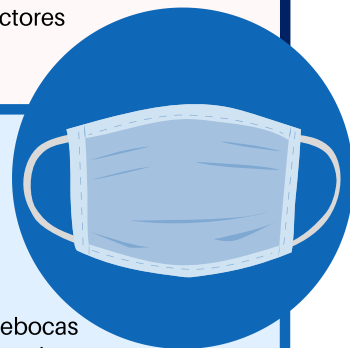
- 10 días hayan pasado desde que se hizo la prueba positiva de COVID-19 y no haya desarrollado síntomas.

Si usted tiene COVID-19 severo y ha estado hospitalizado o si tiene un sistema inmunológico debilitado, usted debe aislarse hasta que:

- 20 días hayan pasado desde el inicio de sus síntomas **Y**
- Usted no haya tenido fiebre de 100.4° F o mayor por al menos 24 horas sin el uso de medicamentos reductores de fiebre **Y**
- Sus síntomas tales como tos o dificultad para respirar estén mejorando.

### Restricciones durante el aislamiento

- **Permanezca en casa y evite todas las actividades públicas.** Esto quiere decir, no vaya al trabajo, iglesia escuela, tiendas (incluyendo las tiendas de víveres), ni ningún evento o lugar público.
- **No reciba visitas** en su casa.  
Si en su casa viven otras personas, **manténgase en un cuarto separado.** Si eso no es posible, use un cubrebocas cuando esté en el mismo cuarto con otros y manténgase al menos a 6 pies de distancia de ellos (practique el distanciamiento social aun en su casa).
- **Lave sus manos** y use desinfectante para manos frecuentemente. No comparta artículos personales tales como platos, tazas, tenedores, cucharas, toallas, etc.
- **No salga de su casa** excepto para recibir atención médica urgente o de emergencia. Si necesita ver al doctor por razones diferentes a atención médica de emergencia, por favor llame a su médico con anticipación para hacer los arreglos apropiados.
- **En el caso de una emergencia médica, llame al 911.** Dígalos que usted está en aislamiento en su casa debido a infección de COVID-19. Mantenga su cubrebocas puesto hasta que su proveedor médico le pida que se la quite. Si no tiene usted un cubrebocas, use un pañuelo doblado o algún otra articulo similar para cubrir su boca y nariz.
- **No use ningún tipo de transportación publica** (autobuses, taxis, servicios de transporte compartido, o aviones).
- **Tómese la temperatura** dos veces al día. Esto es, tómese la temperatura en la mañana y en la noche antes de ir a la cama y escriba el resultado.
- Si comienza a tener síntomas adicionales, o si se siente enfermo, **contacte a su proveedor médico.**



For immediate sheltering needs for people who are homeless or displaced or cannot safely quarantine at home, please call (501) 661-2136.  
For all other issues, contact the ADH call center at (800) 803-7847.