



9 de enero de 2024

## Recomendaciones para personas que dan positivo de COVID 19:

1. **Quédese en casa si tiene síntomas de COVID-19**, hasta que no haya tenido fiebre durante 24 horas sin usar medicamentos para reducir la fiebre Y otros síntomas de COVID-19 sean Si no tiene síntomas, debe seguir las recomendaciones a continuación para reducir la exposición a otras personas.
2. **Use mascarilla** cuando esté cerca de otras personas en el interior durante los 10 días\* posteriores a su enfermedad o resultado positivo (si no tiene síntomas). Puede quitarse la mascarilla antes de los 10 días si tiene dos pruebas negativas secuenciales con al menos un día de diferencia. El día 0 es la fecha de aparición de los síntomas o la fecha de la prueba positiva.
3. **Evite el contacto con personas con mayor riesgo de sufrir COVID-19 grave durante 10 días\***. Las personas de mayor riesgo incluyen a los ancianos, aquellos que viven en centros de atención colectiva, aquellos que tienen condiciones inmunocomprometidas y que los ponen en mayor riesgo de sufrir enfermedades graves.
4. **Busque tratamiento**. Si tiene síntomas, especialmente si tiene un mayor riesgo de sufrir COVID-19 grave, hable con un proveedor de atención médica tan pronto como dé positivo. Es posible que sea elegible para recibir medicamentos antivirales u otros tratamientos para el COVID-19. Los medicamentos antivirales contra el COVID-19 funcionan mejor si se toman lo antes posible y dentro de los 5 a 7 días posteriores al inicio de los síntomas.

\*El período potencialmente infeccioso es de 2 días antes de la fecha de inicio de los síntomas o de la fecha de la prueba positiva (si no hay síntomas) hasta el día 10. (El día 0 es la fecha de aparición de los síntomas o la fecha de la prueba positiva).

## Recomendación para contactos estrechos de casos.

- **Si tiene nuevos síntomas de COVID-19**, debe hacerse la prueba y usar mascarilla de inmediato.
- **Si no tiene síntomas y tiene un mayor riesgo de sufrir una infección grave** por COVID-19 y se beneficiaría del tratamiento, debe realizar la prueba dentro de los 5 días.
- **Si no tiene síntomas y tiene contacto con personas que tienen mayor riesgo de sufrir una infección grave**, debe usar mascarilla en interiores cuando esté cerca de esas personas durante 10 días. Considere realizar la prueba dentro de los 5 días posteriores a la última fecha de exposición (día 0) y antes del contacto con personas de mayor riesgo. Para obtener más detalles, consulte la guía de pruebas de CDPH COVID-19.

## **SHUSD se une a CDPH para recomendar lo siguiente:**

- Manténgase actualizado sobre las vacunas
- Quédese en casa si está enfermo
- Prueba y trata: prueba para detectar COVID-19 y gripe si tienes síntomas.
- Considere usar una máscara de alta calidad en lugares públicos cerrados.
- Lávese las manos.
- Cúbrase al toser o estornudar.