



ANEXO B: INSTRUCCIONES PARA REALIZAR EL AISLAMIENTO EN EL HOGAR PARA AQUELLAS PERSONAS A LAS QUE SE LES HA DIAGNOSTICADO LA 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 deje su lugar de cuarentena, aunque su trabajo esté permitido en virtud de la Orden del Oficial de Salud para refugiarse en el lugar de residencia n.º c19-5c emitida el 29 de abril de 2020, con sus oportunas modificaciones.
4. No viaje, incluso si se trata de un viaje permitido según lo descrito en la Orden del Oficial de Salud para refugiarse en el lugar de residencia n.º c19-5c emitida el 29 de marzo de 2020, según sus oportunas modificaciones, excepto los viajes para 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 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. Si cuenta con una mascarilla, colóquesela antes de salir de su vivienda para trasladarse al centro de salud. Si no tiene una, envíe a alguien al establecimiento para pedir una e informar al personal de su llegada.
11. Si usted frecuenta, 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 centro de día, 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?

1. Las personas que no manifiesten síntomas deben permanecer aisladas durante diez (10) días a partir de la fecha en la que la prueba resultó positiva.





SAN MATEO COUNTY HEALTH

**PUBLIC HEALTH,
POLICY & PLANNING**

2. Las personas con síntomas deben aislarse hasta que hayan pasado:
 - Al menos 3 días (72 horas) desde la recuperación, que se define como la resolución de la fiebre sin la administración de medicamentos para reducirla y el alivio de la tos y la dificultad para respirar en caso de que se hubiesen presentado Y
 - Al menos diez (10) días desde que comenzaron los síntomas, lo que ocurra más tarde.