



Pasos para seguir después de hacerse la prueba COVID-19

Hay varias razones por las que puede querer hacerse la prueba del COVID-19. Puede deberse a que usted tiene síntomas de COVID-19, fue un contacto cercano de alguien con COVID-19, está en un trabajo o en una población que puede estar en mayor riesgo de exposición y sospecha que puede haber estado expuesto al COVID-19; o está en un trabajo o una población para la que se recomienda o requiere una prueba de rutina o repetitiva. La siguiente información le ayudará a determinar lo que debe hacer mientras espera los resultados de la prueba y qué hacer después de que los resultados de la prueba estén disponibles.

Los síntomas de COVID-19 incluyen:

- Fiebre, escalofríos o temblores repetitivos
- Tos
- Dolor de garganta
- Falta de aliento, dificultad para respirar
- Se siente débil o fatigado
- Pérdida del gusto o del olfato
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Mucosidad nasal o congestión
- Diarrea (heces sueltas 3 o más veces al día)

¿Qué debo hacer mientras espero los resultados de mis pruebas?

Si usted tiene algún **síntoma de COVID-19**, o se hizo la prueba porque estuvo **expuesto a alguien con COVID-19**, o sospecha que puede haber **estado expuesto** a COVID-19, debe permanecer en casa y en la medida de lo posible, evitar el contacto con otras personas en el hogar. Además, si usted se hizo la prueba porque tenía síntomas del COVID-19, todos en su grupo familiar deben permanecer en casa tanto como sea posible, hasta que se sepan los resultados.

Si se le hizo la prueba de COVID-19 pero no tiene síntomas ni piensa que ha sido expuesto a alguien con COVID-19 (por ejemplo, como parte de un programa de detección en el lugar de trabajo), no necesita quedarse en casa mientras espera sus resultados a menos que su empleador o un funcionario de salud pública le indique que lo haga.

¿Qué pasa si mi prueba resulta negativa?

Si le hicieron la prueba porque tiene síntomas, debe quedarse en casa hasta que no tenga fiebre (sin que haya usado medicamentos para reducir la fiebre) y se haya sentido bien durante al menos 24 horas.

Si le hicieron la prueba porque tiene síntomas y un proveedor de atención médica todavía piensa que puede tener COVID-19, incluso con una prueba negativa, debe permanecer en casa y en la medida de lo posible evitar el contacto con otras personas en el hogar hasta que pueda decir sí a **TODAS las siguientes tres preguntas:**

- ¿Han pasado al menos 10 días desde que tuvo síntomas por primera vez?
- ¿Han pasado al menos 72 horas (3 días) desde que tuvo fiebre (sin que haya usado medicamentos para reducir la fiebre)?
- ¿Han pasado al menos 72 horas (3 días) desde que los otros síntomas han mejorado (como tos y dificultad para respirar)?

NC DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES

Si se hizo la prueba porque tuvo contacto con alguien con COVID-19, debe permanecer en casa y ponerse en cuarentena (evitar el contacto con cualquier persona en su hogar) hasta por 14 días después de la última vez que estuvo en contacto con la persona que dio positivo. Tener una prueba negativa durante ese período es algo bueno, pero todavía existe la posibilidad de que tome hasta 14 días después de la exposición al COVID-19 para que el virus se presente e infecte a alguien. Es por eso que es importante que monitoree sus síntomas cuidadosamente. Si presenta alguno de los síntomas anteriores*, entonces puede tener COVID-19. Consulte con su proveedor médico, con el equipo comunitario de COVID-19, o vuelva a hacerse la prueba.

Si le hicieron las pruebas por otra razón que no se debe a un contacto conocido o sospechoso con alguien que dio positivo en COVID-19 y no tiene síntomas, entonces puede reanudar sus actividades regulares.

Todos debemos seguir [practicando las 3 W](#) Wear, Wait, Wash (Póngase, Espere, Lávese.) cada vez que salimos de casa. Usar un paño cubriendo la boca y la nariz cuando este con otras personas, conservar una distancia de 6 pies con los demás, y lavarse las manos frecuentemente puede ayudar a protegerlo a usted y a sus seres queridos de la propagación de este virus.

¿Qué pasa si mi prueba resulta positiva?

[Siguiendo los lineamientos de los CDC \(Following CDC guidelines\)](#), si su examen resulta positivo y tiene síntomas, debe quedarse en casa y en la medida de lo posible evitar el contacto con otras personas en su hogar hasta que pueda decir sí a **TODAS las tres preguntas siguientes**:

- ¿Han pasado al menos 10 días desde que tuvo síntomas por primera vez?
- ¿Han pasado al menos 72 horas (3 días) desde que tuvo fiebre (sin usar medicamentos para reducir la fiebre)?
- ¿Han pasado al menos 72 horas (3 días) desde que los otros síntomas han mejorado (como tos y dificultad para respirar)?

[Siguiendo los lineamientos de los CDC \(Following CDC guidelines\)](#), si su examen resulta positivo y no tuvo síntomas, debe permanecer en casa y aislarse (evitar contacto con cualquier otra persona en su hogar) hasta que hayan transcurrido 10 días desde la fecha de su primera prueba positiva de diagnóstico COVID-19 asumiendo que no haya desarrollado síntomas desde que se hizo la prueba.

Además, si ha resultado positivo con COVID-19, el departamento de salud local u otro miembro del equipo comunitario COVID-19 llamará para asegurarse de que tiene la información y el apoyo que necesita, como consejos para permanecer en casa y monitorear los síntomas.

Para proteger a su familia, amigos y para frenar la propagación del virus, un miembro del equipo comunitario COVID-19 también le preguntará con quién ha estado cerca recientemente, por ejemplo, personas que viven en su hogar o personas que han estado a menos de 6 pies de distancia de usted durante más de 15 minutos. El equipo de la comunidad COVID-19 se comunicará con cualquier persona que haya estado cerca de la persona que haya dado positivo para compartir información y apoyo, así como para ayudarles a hacerse la prueba. Estas personas deben permanecer en casa y hacer cuarentena por 14 días después que tuvieron contacto con usted, cuando aún era capaz de transmitir el contagio. El equipo no compartirá su nombre o información personal. Esta información es confidencial y seguirá siendo privada. Sin embargo, si esto no representa un mayor problema para usted, comparta la información con su grupo familiar y con cualquier persona que sea un contacto cercano con usted. Si el equipo comunitario COVID-19 no se pone en contacto con usted, llame a su departamento de salud local.

Información que se aplica a cualquier persona a la que se le haya aconsejado quedarse en casa a causa del COVID-19

- Quédese en casa excepto para buscar cuidado médico. No vaya al trabajo, a la escuela o a áreas públicas.
- No utilice el transporte público, transporte compartido o taxis.
- Aíslese de las demás personas en su hogar, especialmente de las personas que tienen un mayor riesgo de enfermarse.
- Permanezca en una habitación específica y aléjese de otras personas en su hogar tanto como sea posible. Utilice un baño separado, si está disponible.
- No prepare ni sirva alimentos a los demás.
- No permita que visitantes entren en su casa.

Si no puede cumplir con estos requisitos donde vive actualmente, el equipo de la comunidad COVID-19 puede ayudarle a encontrar otros recursos.

PREVENGA EL CONTAGIO:

- Use una mascarilla de tela que cubra su nariz y la boca si está en una habitación con otras personas. Si no puede usted usar una la mascarilla, las otras personas deben usar una mascarilla de tela que cubra su nariz y boca si comparten o entran en la habitación.
- Cubra su boca y nariz con un pañuelo desechable o con sus mangas cuando tosa o estornude (no se cubra con las manos), luego tire el pañuelo en un bote de basura con bolsa y lávese inmediatamente las manos.
- Lávese las manos con frecuencia y a fondo con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de toser, estornudar o sonarse la nariz, o después de ir al baño. Se puede usar un desinfectante de manos a base de alcohol con un contenido mínimo de alcohol al 60% en lugar de agua y jabón si las manos no están visiblemente sucias.
- No comparta artículos del hogar tales como platos, tazas, utensilios, toallas, ropa de cama con otras personas. Después de usar estos artículos, lávelos bien con agua y jabón. La ropa sucia se puede lavar en una lavadora estándar con agua tibia y detergente; puede añadir cloro, pero no es necesario.
- Limpie y desinfecte todas las superficies de "alto contacto" diariamente (incluyendo mostradores, repisas, perillas de puertas, grifos, inodoros, teléfonos, control remoto de televisión, teclas, teclados), y especialmente cualquier superficie que pueda tener fluidos corporales en ellos. Use limpiadores domésticos, aerosoles o toallitas desinfectantes de acuerdo con las instrucciones en la etiqueta del producto. Para más información: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/cleaning-disinfection.html

PRACTIQUE EL CUIDADO EN EL HOGAR:

- Descanse y beba muchos líquidos. Puede tomar paracetamol (Tylenol®) para reducir la fiebre y el dolor.
 - No dé a los niños menores de 2 años ningún medicamento sin consultar primero con un médico.
 - Tenga en cuenta que los medicamentos no "curan" el COVID-19 y no impiden su propagación.
- Busque atención médica si sus síntomas empeoran, especialmente si tiene un mayor riesgo de padecer una enfermedad grave.
- Los síntomas que indican que debe buscar atención médica incluyen:



Dificultad para respirar



No puede retener líquidos



Deshidratación



Confusión



Otros síntomas serios

NC DEPARTMENT OF HEALTH AND HUMAN SERVICES

- Si es posible, llame antes de ir al consultorio de su médico o al hospital para decirles que está aislando a causa del COVID-19. Esto ayudará al personal de atención médica a prepararse para su llegada y proteger a otros del riesgo de infección.
 - No espere en ninguna sala de espera. Cubra su nariz y boca con una mascarilla en todo momento si es posible.
 - No utilice el transporte público.
 - Si llama al 911, primero notifique al despachador y a los paramédicos que usted está bajo aislamiento a causa del COVID-19.

Gracias por su cooperación en este importante asunto de salud pública.