

My Health Status	Actions to Take
I am not sick and have no symptoms ¹ of illness	Monitor your health. Wash hands often, practice social distancing, avoid sick people and wear a cloth or disposable mask if you go to public places.
I am not sick and have no symptoms ¹ of illness, but I have underlying health issues OR I am not sick but am an older adult (ages 60-65 and older)	Monitor your health. Look for symptoms ¹ of illness. Wash hands often, practice social distancing, avoid sick people and wear a cloth or disposable mask if you go to public places.
I am not sick and have no symptoms ¹ of illness, but I was a casual contact * of a confirmed COVID-19 case	Monitor your health. Look for symptoms ¹ of illness. If symptoms are mild, you can most likely recover at home. Wash hands often, practice social distancing, avoid sick people and wear a cloth or disposable mask if you go to public places. Consider getting a COVID-19 test.
I am not sick and have no symptoms ¹ of illness, but I am a household/close contact * of a confirmed COVID-19 case	Monitor your health. Stay home for 14 days after last exposure to the confirmed case. Look for symptoms ¹ of illness. If symptoms are mild, you can most likely recover at home. If symptoms begin to worsen and you need medical care, call a health care provider. Wash hands often. Do not go to public places. Consider getting a COVID-19 test.
I am mildly ** sick with symptoms ¹ of illness	Monitor your health. Stay home until you are fever-free for 24 hours (or 1 full day of no fever without the use of fever reducing medicine) AND your other symptoms have improved AND at least 10 days have passed since symptoms first appeared. Most likely, you can recover at home. If symptoms worsen/do not improve and you need medical care, call a health care provider. Wash hands often and do not go to public places. Consider getting a COVID-19 test.
I am an older adult and/or have underlying health conditions and am mildly ** sick with symptoms ¹ of illness	Contact a health care provider and monitor your health. The provider may recommend that you get tested for COVID-19. Stay home until you are fever-free for 24 hours (or 1 full day of no fever without the use of fever reducing medicine) AND your other symptoms have improved AND at least 10 days have passed since symptoms first appeared. Most likely, you can recover at home. If symptoms worsen/do not improve, call a health care provider for medical care. Wash hands often and do not go to public places.
I am moderately ** sick with symptoms ¹ of illness (i.e., my symptoms are getting worse/are not improving)	Monitor your health. Stay home until you are fever-free for 24 hours (or 1 full day of no fever without the use of fever reducing medicine) AND your other symptoms have improved AND at least 10 days have passed since symptoms first appeared. Call a health care provider and let them know your symptoms are not improving and you need medical evaluation. Provider may recommend COVID-19 testing. Stay home unless need to go to a medical facility (wear a cloth or disposable mask if seeking medical care). Wash hands often and do not go to public places.
<p>¹Symptoms of COVID-19 include: fever, cough, shortness of breath, chills, shivering, muscle pain, headache, sore throat, new loss of taste or smell, congestion or runny nose, nausea/vomiting, diarrhea</p> <p>*Casual contacts are defined as being in the same indoor environment with a symptomatic confirmed COVID-19 case. Household contacts are individuals who live in the same house as the confirmed COVID-19 case. Close contacts are individuals who were within 6 feet of a confirmed COVID-19 case for a prolonged period (15 minutes over at 24 hour time period) or had direct contact with the infectious secretions of a COVID-19 case (e.g., were coughed on). Walking past a confirmed COVID-19 case or just being in the same building does NOT qualify as being a close contact.</p> <p>** Mild illness = not feeling well but can stay home. Moderate illness = may need medical evaluation.</p>	

Mi estado de salud	Medidas que se deben tomar
No estoy enfermo ni tengo síntomas ¹ de la enfermedad.	Controle su salud. Lávese las manos con frecuencia, practique el distanciamiento social, evite el contacto con personas enfermas y utilice una mascarilla de tela o desechable si va a lugares públicos.
No estoy enfermo ni tengo síntomas ¹ de la enfermedad, pero tengo problemas de salud preexistentes. O BIEN No estoy enfermo, pero soy adulto mayor (de 60 a 65 años o más).	Controle su salud. Esté atento a los síntomas ¹ de la enfermedad. Lávese las manos con frecuencia, practique el distanciamiento social, evite el contacto con personas enfermas y utilice una mascarilla de tela o desechable si va a lugares públicos.
No estoy enfermo ni tengo síntomas ¹ de la enfermedad, pero fui un contacto casual * de un caso confirmado de COVID-19.	Controle su salud. Esté atento a los síntomas ¹ de la enfermedad. Si los síntomas son leves, es muy probable que pueda recuperarse en su casa. Lávese las manos con frecuencia, practique el distanciamiento social, evite el contacto con personas enfermas y utilice una cubierta para la cara si va a lugares públicos. Considere hacerse una prueba de la COVID-19.
No estoy enfermo ni tengo síntomas ¹ de la enfermedad, pero soy un contacto doméstico/cercano * de un caso confirmado de COVID-19.	Controle su salud. Quédese en su casa durante 14 días después de la última exposición al caso confirmado. Esté atento a los síntomas ¹ de la enfermedad. Si los síntomas son leves, es muy probable que pueda recuperarse en su casa. Si los síntomas comienzan a empeorar y necesita atención médica, llame a un proveedor de atención médica. Lávese las manos con frecuencia. No vaya al trabajo/la escuela/lugares públicos. Considere hacerse una prueba de la COVID-19.
Estoy levemente ** enfermo y tengo síntomas ¹ de la enfermedad.	Controle su salud. Quédese en su casa hasta que ya no tenga fiebre durante 24 horas (o 1 día completo sin fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles) Y hayan mejorado los otros síntomas Y hayan pasado al menos 10 días desde que aparecieron los síntomas por primera vez. Es muy probable que pueda recuperarse en su casa. Si los síntomas empeoran/no mejoran y necesita atención médica, llame a un proveedor de atención médica. Lávese las manos con frecuencia y no vaya al trabajo/la escuela/lugares públicos. Considere hacerse una prueba de la COVID-19.
Soy adulto mayor o tengo afecciones de salud preexistentes y estoy levemente ** enfermo con síntomas ¹ de la enfermedad.	Póngase en contacto con un proveedor de atención médica y controle su salud. El proveedor puede recomendar que usted se realice la prueba de la COVID-19. Quédese en su casa hasta que ya no tenga fiebre durante 24 horas (o 1 día completo sin fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles) Y hayan mejorado los otros síntomas Y hayan pasado al menos 10 días desde que aparecieron los síntomas por primera vez. Es muy probable que pueda recuperarse en su casa. Si los síntomas empeoran/no mejoran, llame a un proveedor de atención médica para que lo atienda. Lávese las manos con frecuencia y no vaya a lugares públicos.
Estoy moderadamente ** enfermo y tengo síntomas ¹ de la enfermedad (es decir, los síntomas están empeorando/no están mejorando).	Controle su salud. Quédese en su casa hasta que ya no tenga fiebre durante 24 horas (o 1 día completo sin fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles) Y hayan mejorado los otros síntomas Y hayan pasado al menos 10 días desde que aparecieron los síntomas por primera vez. Llame a un proveedor de atención médica e infórmele que los síntomas no mejoran y necesita una evaluación médica. El proveedor puede recomendar que se realice la prueba de la COVID-19. Quédese en su casa, a menos que deba acudir a un centro médico. Si va al centro médico, use una mascarilla de tela o desechable. Lávese las manos con frecuencia y no vaya a lugares públicos.

¹ Los **síntomas** de COVID-19 incluyen: fiebre, tos, dificultad para respirar, escalofríos, temblores, dolor muscular, dolor de cabeza, dolor de garganta, pérdida reciente del gusto o del olfato, congestión o goteo nasal, náuseas/vómitos y diarrea.

* Los **contactos casuales** son aquellos que se encuentran en el mismo ambiente interior que un caso sintomático confirmado de COVID-19. Los **contactos domésticos** son personas que viven en la misma casa que un caso confirmado de COVID-19. Los **contactos cercanos** son personas que estuvieron a menos de 6 pies de un caso confirmado de COVID-19 durante un período prolongado (alrededor de 15 minutos o más) o tuvieron contacto directo con las secreciones infecciosas de un caso de COVID-19 (p. ej., tosieron enfrente de ellos). Cruzarse con un caso confirmado de COVID-19 o simplemente estar en el mismo edificio NO califica como contacto cercano.

** Enfermedad **leve** = no sentirse bien y poder quedarse en su casa. Enfermedad **moderada** = se puede requerir una evaluación médica.