

Residentes de Nueva Jersey que tuvieron un resultado negativo para COVID-19: instrucciones y próximos pasos

Pregunta	Instrucciones
<p>Tuve síntomas y un resultado negativo para COVID-19.</p>	<p>Si su prueba de COVID-19 fue negativa, pero actualmente tiene síntomas, la recomendación es quedarse en casa y practicar distanciamiento social hasta 24 horas después de que haya desaparecido la fiebre sin tomar medicamentos antifebriles y hayan mejorado los otros síntomas. Después de este tiempo, puede reanudar las actividades habituales. Se recomienda que todos usen una mascarilla de tela o desechable cuando estén en lugares públicos. Esto lo protege de cualquier persona que quizás no se sienta enferma (pero que pueda ser asintomática) y pueda propagar el virus a otras personas. Lávese las manos y limpie y desinfecte frecuentemente las superficies de alto contacto.</p>
<p>No tengo síntomas y tuve un resultado negativo para COVID-19, pero vivo con alguien con un resultado positivo para COVID-19.</p>	<p>Aunque usted haya tenido un resultado negativo y no tenga síntomas, vivir con alguien con COVID-19 significa que puede estar expuesto al virus. Por este motivo, se recomienda que controle si tiene síntomas. La persona que vive con usted debe aislarse durante 10 días desde el comienzo de los síntomas Y 24 horas (o 1 día completo) de no tener fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles. Le recomendamos que se ponga en cuarentena* DESPUÉS de que termine el aislamiento de esta persona. Esto se debe a que los síntomas pueden demorar entre 2 y 14 días en desarrollarse.</p>
<p>No tengo síntomas y tuve un resultado negativo para COVID-19, pero me dijeron que soy un <u>contacto cercano</u> de alguien con un resultado positivo para COVID-19. ¿Qué debo hacer?</p>	<p>Si se lo identificó como un contacto cercano de una persona con COVID-19, se recomienda que se ponga en cuarentena* desde la última fecha de exposición a esta persona, incluso si tuvo un resultado negativo. Esto se debe a que los síntomas pueden demorar entre 2 y 14 días en desarrollarse. Mientras esté en cuarentena*, controle si tiene síntomas. Los contactos cercanos son personas que estuvieron a menos de 6 pies de un caso confirmado en laboratorio de COVID-19 durante un período prolongado (15 minutos en un período de 24 horas) 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 en laboratorio de COVID-19 o simplemente estar en el mismo edificio NO califica como contacto cercano.</p>
<p>¿Qué sucede si obtuve un resultado negativo, pero todavía me siento enfermo?</p>	<p>Si su prueba de COVID-19 es negativa, pero aún tiene síntomas, es probable que tenga otro virus respiratorio. Debe continuar aislándose de los demás, practicar una buena higiene de las manos y limpiar y desinfectar las superficies del hogar. Si sus síntomas empeoran o no mejoran después de varios días, debe llamar a su proveedor de atención médica. No debe regresar al trabajo/a la escuela ni ir a lugares públicos hasta 24 horas (1 día completo) después de que haya desaparecido la fiebre sin tomar medicamentos antifebriles y hayan mejorado los otros síntomas.</p>
<p>¿Qué otras medidas debo tomar para proteger mi salud?</p>	<p>Mientras el virus que causa COVID-19 se propague en su comunidad, continúe practicando distanciamiento social, lávese las manos con frecuencia, evite tocarse la cara y limpie y desinfecte diariamente las superficies de alto contacto en áreas comunes del hogar (p. ej., mesas, sillas con respaldo, picaportes, interruptores de luz, controles remotos, manijas, escritorios, inodoros, lavabos, teléfonos). Use mascarilla de tela o desechable cuando esté en lugares públicos. Esta mascarilla lo protege de cualquier persona que quizás no esté enferma (pero que pueda ser asintomática) y pueda propagar el virus a otras personas.</p>

Residentes de Nueva Jersey que tuvieron un resultado positivo para COVID-19: instrucciones y próximos pasos

Pregunta	Instrucciones
<p>Tuve un resultado positivo para COVID-19. ¿Qué debo hacer ahora?</p>	<p>Si dio positivo, debe quedarse en casa y autoaislarse. Esto significa permanecer en una habitación diferente de las demás personas en su hogar y, si es posible, usar un baño separado. Debe autoaislarse hasta que haya pasado 1 día completo (o 24 horas) desde que tuvo fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles Y hayan mejorado considerablemente otros síntomas; ADEMÁS, deben haber pasado, al menos, 10 días desde que comenzaron los síntomas o, si no tuvo síntomas, debe quedarse en casa durante los 10 días posteriores a hacerse la prueba.</p> <p>Si vive con otras personas y estas no se hicieron la prueba, deben mantenerse alejadas de usted. Esto incluye no comer juntos y no sentarse juntos en la casa. Practique distanciamiento social tanto como sea posible (manténgase al menos a 6 pies de los demás). Use una mascarilla de tela o desechable cuando esté en lugares públicos.</p>
<p>¿Qué deben saber o hacer las personas que viven en mi casa?</p>	<p>Si son sintomáticos (están enfermos; tienen síntomas de COVID-19), también deben aislarse 1 día completo (o 24 horas) hasta que no tengan fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles Y hayan mejorado considerablemente otros síntomas; ADEMÁS, deben haber pasado, al menos, 10 días desde que se hicieron la prueba. Si los síntomas son leves, deben recuperarse en casa. Si los síntomas empeoran y se necesita una evaluación médica, llame al proveedor de atención médica. Considere realizarse una prueba del virus de la COVID-19 para saber si está infectado en este momento.</p> <p>Si son asintomáticos (no están enfermos; no tienen síntomas de COVID-19), deben ponerse en cuarentena* DESPUÉS de que termine el período de aislamiento de la persona enferma del grupo familiar. Si la persona asintomática desarrolla síntomas, debe seguir las instrucciones de aislamiento anteriores. Los síntomas pueden tardar entre 2 y 14 días en aparecer. Es importante que controlen su salud durante el tiempo suficiente para asegurarse de que no desarrollen síntomas. Considere realizarse una prueba del virus de la COVID-19 para saber si está infectado en este momento.</p>
<p>¿Cuál es la diferencia entre los síntomas leves y los moderados?</p>	<p>Tiene síntomas leves cuando se siente mal, pero puede quedarse en casa y manejarlo allí. La mayoría de las personas con síntomas leves pueden recuperarse en casa. Consulte la información anterior para saber cuánto tiempo debe permanecer en casa/aislarse. Los síntomas moderados son aquellos para los que puede necesitar una evaluación médica de su proveedor de atención médica. Si sus síntomas empeoran con el tiempo y no mejoran, especialmente si tiene dificultad para respirar, llame a su proveedor de atención médica para determinar los próximos pasos.</p>
<p>¿Debo decirles a otras personas que pueden haber estado expuestas al virus COVID-19?</p>	<p>Aquellos que hayan estado más cerca de usted durante un tiempo prolongado estarán en mayor riesgo. Los miembros del grupo familiar y otras personas con quienes haya pasado un tiempo prolongado (más de 15 minutos en un período de 24 horas) a menos de 6 pies, o con quienes haya compartido una comida, tendrán un mayor riesgo y se les debe recomendar que se pongan en cuarentena* en su hogar DESPUÉS de que termine su período de aislamiento o el de cualquier persona enferma del grupo familiar. Si la persona asintomática desarrolla síntomas, debe seguir las instrucciones de aislamiento anteriores.</p> <p>Las personas que no pasaron un tiempo prolongado (menos de 15 minutos en un período de 24 horas) y que estuvieron a más de 6 pies de distancia tienen un riesgo menor. Esto incluiría personas con las que pueda haber estado en un espacio cerrado durante un tiempo prolongado. Estas personas deben controlar su salud; no hay restricciones sobre adónde pueden ir. Deben lavarse las manos con frecuencia, practicar distanciamiento social y usar mascarilla. En lo posible, debe notificarles a las personas anteriores sobre su enfermedad. Puede informarles a los supervisores del trabajo o la escuela para ayudar con este proceso. No se considera que estén en riesgo las personas con las que haya tenido contacto casual (p. ej., que pasaron a su lado por el pasillo, pasaron un tiempo breve con usted dentro de una habitación, compartieron un viaje corto con usted en ascensor); por lo tanto, no es necesario que se comunique con ellas.</p>

*Información de los CDC sobre la cuarentena: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/quarantine.html>

Para obtener información general sobre COVID-19, llame al 1-800-962-1253 o al 211; o bien, visite njcovid19.nj.gov