

Cómo hacer cuarentena cuando cree que tiene COVID-19

"Quiero proteger a mis seres queridos, especialmente a mi abuela que tiene EPOC" -Jenny, la nieta favorita



Si ha estado expuesto a COVID-19, debe hacerse la prueba y después hacer cuarentena. La cuarentena impide que usted contagie el virus sin saberlo.

Si ha estado expuesto a COVID-19, haga cuarentena durante **14 días** o hasta que tenga un resultado **negativo en la prueba de COVID-19**.



La mejor forma de hacer cuarentena es quedarse en casa. Esto no siempre es realista. Así que, si es posible, no vaya a lugares con mucha gente, como los supermercados ni use el transporte público. Si debe salir de la casa, mantenga la distancia social, lávese las manos y **use una mascarilla para proteger a los demás**.

Si tiene **ALGUNO** de estos síntomas, llame a un proveedor para recibir asistencia.

Está su corazón acelerado? ¿Se siente más fatigado de lo normal?	¿Tiene dificultad para respirar? ¿Tiene tos incontrolable?	¿Tiene mareos y vahídos? ¿Se le hacen demasiado difíciles las actividades normales?	Controle su temperatura. ¿Tiene fiebre? ¿Tiene temblores?	¿Siente el olor y el gusto de la comida? ¿Cómo está su apetito? ¿Tiene vómitos?

¿Quiere saber cuál es la diferencia entre **cuarentena** y **aislamiento**?

Mire este video en nuestro sitio web para ver más información: denverpublichealth.org/HowToQuarantine

PROTEGER a su familia

