

# Tome medidas si ha estado expuesto(a) a COVID-19



## ESTÉ ATENTO A LOS SÍNTOMAS DE COVID-19

- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Dificultad para respirar
- Cansancio
- Dolores musculares o de cuerpo
- Dolor de cabeza
- Nueva pérdida de gusto u olfato
- Dolor de garganta
- Congestión o goteo nasal
- Náusea o vómitos
- Diarrea

## PROTEJA A LOS DEMÁS

Alrededor de otras personas, use una máscara que le quede bien y esté atento (a) a los síntomas

**DURANTE 10 DÍAS**

Todavía puede enfermarse de COVID-19 hasta 10 días después de haber estado expuesto(a).

**Si tiene síntomas de COVID-19...**

Haga una prueba y quédese en casa.

Vea la *Actualización de la guía de aislamiento para el público*

## ¿Qué hago? Observe, use máscara, y hacerse una prueba

### Día 0

El día en que estuvo expuesto(a).

Estuvo a menos de 6 pies de alguien con COVID-19 durante un total de 15 minutos o más en cualquier día en el que pueda haber sido infeccioso(a).

Durante 10 días, use una máscara que le quede bien cuando esté cerca de otras personas en casa y en lugares públicos.

### Día 6

Hágase la prueba

**Si da positivo:**  
Empieza aislarse. Quédese en casa, use máscara y cuéntales a los contactos cercanos.

### Día 10

Siga usando una máscara hasta el fin del día 10.

### Día 11

Si se mantiene sin síntomas ni fiebre, puede dejar de usar máscara el día 11 o después, siempre y cuando no esté expuesto(a) otra vez.