

Pautas para realizar la cuarentena en el hogar y para practicar la distancia social

¿QUÉ SIGNIFICA CUARENTENA EN EL HOGAR?

Para mantener la capacidad hospitalaria disponible para pacientes con casos graves de COVID-19, Lafayette General Health evaluará si una persona con COVID-19 confirmada o los casos sospechosos pueden recibir atención en el hogar. Esto se llama cuarentena en el hogar.

La cuarentena implica separar a una persona o a un grupo de personas que han quedado expuestas a una enfermedad contagiosa de aquellos que no han estado expuestos con el fin de prevenir el contagio de la comunidad.

Para la COVID-19, el período de cuarentena que recomiendan los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) es de 14 días desde la última fecha de exposición.

Si debe permanecer en cuarentena en el hogar, tome las siguientes medidas para controlar su salud y practicar la distancia social:

- Permanecer en el hogar, excepto para recibir atención médica.
- Llamar antes de visitar al médico.
- Evitar el contacto con otros y con los animales en el hogar.
- Lavarse las manos con frecuencia.
- Evitar compartir los artículos personales en la vivienda.
- Limpiar las superficies “de alto contacto” a diario.
- Controlar los síntomas y tomarse la temperatura.

Si los síntomas empeoran, llame al médico para una orientación adecuada.

Si tiene una emergencia médica y necesita llamar al 911, notifique al operador que es un caso presunto o confirmado de COVID-19.

¿QUÉ OCURRE SI VIVO CON ALGUIEN QUE HA QUEDADO EN CUARENTENA EN EL HOGAR?

Los contactos cercanos deben controlar su salud y llamar al proveedor de atención médica si desarrollan síntomas de COVID-19 (p. ej., fiebre, tos, dificultad para respirar). A continuación, se incluyen cuestiones para considerar:

- **Controlar los síntomas del paciente.** Si la enfermedad del paciente está empeorando, llame al proveedor de atención médica e infórmele que el paciente tiene COVID-19 confirmada por el laboratorio.
- **Los miembros del hogar deben permanecer en otra habitación o separados del paciente tanto como sea posible. De ser disponible,** utilice un baño separado y duerma en una habitación diferente.
- **Prohíba las visitas** que no tienen una necesidad básica de estar en el hogar.
- **Los miembros del grupo familiar deben cuidar a las mascotas** del hogar y brindar apoyo para realizar las compras, surtir las recetas y encargarse de otras necesidades personales.
- **Lavarse las manos con frecuencia.** Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- **Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca con las manos sin lavar.**
- **Evite compartir artículos del hogar,** como platos, vasos, tazas, utensilios, toallas, sábanas y otros.