

# GRACIAS

# POR HACERSE LA PRUEBA

0930-2021 SPANISH

Hoy se hará la prueba del coronavirus que causa el COVID-19. Hay tantos casos nuevos de COVID-19 que es posible que el equipo de salud pública no pueda llamarlo si tiene un resultado positivo. Las instrucciones que están a continuación le informarán qué debe hacer después.

## Mientras espera los resultados de la prueba

### Quéedese en casa y alejado de otras personas, a partir de hoy.

- Asuma que tiene el virus y que puede propagarlo a los demás.
- Asegúrese de que tenemos la dirección y el número de teléfono correctos para que podamos comunicarnos con usted con información importante.

### Haga una lista de todas las personas con las que tuvo contacto cercano recientemente.

- **“Contacto cercano”** significa pasar 15 minutos o más a menos de 6 pies de distancia de alguien a lo largo de un día, con o sin mascarilla.
- **Si no tiene síntomas**, haga una lista de todas las personas con las que tuvo contacto cercano desde los dos días previos al día en que se realizó la prueba.
- **Si tiene síntomas**, haga una lista de todas las personas con las que tuvo contacto cercano desde los dos días previos al comienzo de sus síntomas.

## Si el resultado de la prueba es positivo

### Tiene el virus en el cuerpo y puede propagarlo a los demás. Debe seguir estas indicaciones:

1. **Aíslese en su hogar.** Quéedese en casa y manténgase alejado de los demás, incluso de quienes viven con usted.
  - **Si está enfermo**, aíslese durante 10 días desde el comienzo de sus síntomas Y asegúrese de no tener fiebre durante 24 horas, sin la ayuda de medicamentos, antes de volver a estar cerca de otras personas.
  - **Si no tiene síntomas**, aíslese durante 10 días a partir de hoy (el día en que se realizó la prueba).
2. **Llame o envíe un mensaje de texto o correo electrónico a sus contactos cercanos de inmediato. ¡El tiempo importa!** Permita que cada una de las personas de su lista sepa que usted tuvo un resultado positivo de COVID-19. Si puede comunicarse con sus amigos y familiares en el plazo de 4 días desde que estuvo con ellos, puede impedir que otras personas se enfermen de COVID-19.
  - **A sus contactos que no están completamente vacunados** (están sin vacunar o no han pasado dos semanas desde la última dosis de la vacuna) dídeles que:
    1. **Se hagan la prueba**, idealmente de 3 a 5 días después de la última vez que estuvieron juntos. Pueden hablar con su médico sobre hacerse la prueba, llamar al 211 si no tienen médico, o hacerse la prueba en un sitio de prueba de la comunidad. **Y**
    2. **Quéedese en casa y alejado de otras personas. Sus contactos deben planificar hacer la cuarentena en sus hogares** por 10 días y controlarse los síntomas por 14 días desde la última vez que estuvieron juntos. **Si vive en una residencia grupal** – como un centro de atención a largo plazo o un hogar grupal – debe hacer cuarentena por 14 días sin importar si está vacunado o no.
  - **Para los contactos que están completamente vacunados**, no necesitan hacer cuarentena, pero deben controlarse los síntomas por 14 días, hacerse una prueba de 3 a 5 días después de la exposición o si tienen síntomas y usar mascarillas en lugares públicos.
3. **Consulte a su proveedor de atención médica de inmediato para hablar sobre el tratamiento.** Algunos tratamientos se deben administrar al inicio de la enfermedad o poco después de la exposición.

**Atienda el teléfono si el equipo de salud pública lo llama.** Dígales a sus contactos cercanos que respondan la llamada de salud pública también.

## Si el resultado de la prueba es negativo

Continúe con las medidas diarias para protegerse a sí mismo y a los demás. Siga todas las indicaciones de su proveedor de atención médica

Si tuvo contacto cercano con alguien con COVID-19, **estuvo expuesto al virus.**

- **Si no está completamente vacunado** debe hacer cuarentena por al menos 10 días después de un contacto cercano y controlarse los síntomas por 14 días.
- **Si está completamente vacunado** (si han pasado al menos dos semanas desde la dosis final), no tiene que hacer cuarentena. Contrólese por 14 días. Si tiene síntomas, aíslese y hágase otra prueba.
- Si es paciente del hospital o vive en un centro médico – como un centro de atención a largo plazo – **debe hacer cuarentena por 14 días sin importar si está vacunado o no.**

## Si está enfermo ahora o se enferma

- **Cúidese.** Descanse y beba mucho líquido. Llame a su médico o clínica para ver si puede tomar medicamentos que lo ayuden a sentirse mejor.
- **Manténgase en contacto con su médico.** Puede haber tratamientos disponibles. Llame a su médico o clínica de inmediato. Si no tiene un médico, llame al 211. Pueden ayudarlo a encontrar atención incluso si no tiene seguro de salud. Hay intérpretes disponibles.
- **Llame al 911 o diríjase a su sala de emergencias local si presenta estos síntomas graves:**
  - » Dificultad para respirar
  - » Dolor o presión en el pecho o vientre
  - » Incapacidad para beber o retener líquidos
  - » Nuevo estado de confusión o incapacidad para despertarse
  - » Labios o rostro azulados

## Recursos y más información

Hay ayuda disponible para los recursos. Llame al 211, envíe su código postal al 898211 (TXT211), o envíe un correo electrónico a [help@211info.org](mailto:help@211info.org) para obtener información sobre:

- Alimentos
- Asistencia con el alquiler y servicios públicos
- Servicios de guardería
- Comunicación con las organizaciones comunitarias
- Otro recurso

Hay intérpretes disponibles.

Sostenga la cámara de su teléfono inteligente sobre este código QR para obtener más información sobre qué hacer si tiene un resultado positivo, cómo aislarse o hacer cuarentena y cómo obtener apoyo para quedarse en casa. Visite [clackamas.us/coronavirus/testing](https://clackamas.us/coronavirus/testing) para obtener información general sobre COVID.

