

6 de mayo de 2020

Guía de cuarentena: Qué hacer si ha estado expuesto a alguien infectado con el nuevo coronavirus (COVID-19)

La COVID-19 es una enfermedad respiratoria causada por un nuevo virus llamado SARS-CoV-2. Los síntomas más comunes de esta enfermedad son fiebre, tos y dificultad para respirar. La mayoría de las personas que tienen COVID-19 tendrá síntomas leves, pero algunas tendrán síntomas más graves y pueden requerir hospitalización. Si usted ha contraído el virus, los síntomas pueden presentarse entre los 2 y los 14 días siguientes a la exposición y, a menos que se tomen precauciones, su salud está en riesgo y podría contagiar a otras personas.

Si una persona enferma de COVID-19 nos notificó que usted estuvo en contacto con ella mientras estaba enferma, es posible que usted reciba un mensaje de texto o una llamada del Departamento de Salud Pública de Georgia. Para prevenir la propagación de la enfermedad y, además, recomendarle lo que debe hacer en caso de que desarrolle los síntomas de la COVID-19, por favor llene el formulario de registro que le enviamos para inscribirle en el programa de vigilancia de síntomas. Si el Departamento de Salud Pública de Georgia ha determinado que usted estuvo expuesto a alguien con COVID-19, un contacto cercano a usted le ha enviado esta información porque los resultados de su prueba fueron positivos, o usted considera que es un contacto cercano de un caso de COVID-19, por favor siga las recomendaciones que se presentan a continuación.

Por su propia seguridad y la de otros, es de vital importancia que vigile su salud durante los 14 días siguientes a su posible exposición a COVID-19 y que permanezca en casa, evite aglomeraciones y actividades públicas y practique el distanciamiento social. Se le pide que coopere de lleno con las autoridades de salud pública tanto estatales como federales, incluyendo al Departamento de Salud Pública de Georgia y que siga las medidas que se detallan más abajo. La Orden Administrativa de Georgia respecto a las Medidas para el Control de la Salud Pública se encuentra en esta dirección:

<https://dph.georgia.gov/document/document/secondamendedaoiq41201pdf/download>

Específicamente, usted acepta lo siguiente:

Si no está enfermo, acepta vigilar su salud para asegurarse de no tener fiebre, tos o dificultad para respirar durante los 14 días siguientes al último día en el que tuvo contacto cercano con una persona enferma de COVID-19.

- Revisar su temperatura dos veces al día y verificar que no tenga síntomas.
- Aislarse en su casa y no salir, salvo en caso de emergencia.
 - Si usted es médico, trabajador de servicios médicos de emergencia, trabajador de primera línea o trabajador de otra infraestructura crítica, puede continuar trabajando, pero alerte al programa de salud ocupacional de su sitio de trabajo y, de ser necesario, asegúrese de contar con el personal adecuado. Si no tiene síntomas, use una mascarilla mientras esté en servicio y manténgase en su casa el resto del tiempo
- De ser posible, mantenerse alejado de otras personas que vivan con usted, especialmente de aquellas que tengan mayor riesgo de enfermar de gravedad de COVID-19:
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/index.html>
- Inscribirse en el programa de vigilancia activa. A través de este programa usted reportará diariamente su temperatura y cualquier otro síntoma al Departamento de Salud Pública de Georgia, sea respondiendo un mensaje de texto o llamando al 1-888-357-0169 si no puede enviar textos.
- Si no ha sido contactado por salud pública, usted puede contactarlos en esta dirección:
<https://intake-app-dot-gdph-erm-qa.appspot.com/>

¿Cómo puedo haber estado expuesto?

Generalmente, para infectarse se requiere haber estado en contacto cercano con una persona enferma. El contacto cercano incluye:

- Vivir en la misma casa con un enfermo de COVID-19;
- Cuidar de una persona enferma de COVID-19;
- Estar a menos de 6 pies de distancia de una persona enferma de COVID-19 durante aproximadamente 15 minutos; O,
- Estar en contacto directo con las secreciones de una persona enferma de COVID-19 (p. ej., que le haya tosido directamente a la cara, le haya besado o haya compartido utensilios, etc.).

El virus de la COVID-19 está circulando en Georgia y usted debe tomar medidas para protegerse. Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón, use gel desinfectante para las manos y evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar. Desinfecte diariamente las superficies que toque con frecuencia en su hogar. Manténgase alejado de otras personas, especialmente de aquellas que estén enfermas.

¿Qué debo hacer si he estado en contacto cercano con alguien que tenga COVID-19 y me enfermo?

Si se enferma y tiene fiebre, tos, falta de aliento o dificultad para respirar, escalofríos, dolor muscular, dolor de cabeza, dolor de garganta, pérdida reciente del gusto o el olfato (aun cuando sus síntomas sean muy leves), debe quedarse en casa y alejado de otras personas.

- Llame al 911 inmediatamente si cree que tiene una emergencia médica. Debe informar al operador del 911 que puede estar enfermo de COVID-19 y usar una cobertura para la cara.
- Si no es una emergencia, pero está enfermo y requiere de atención médica, por favor contacte a su médico de atención primaria, clínica de urgencias o su centro de salud federal calificado.
- Si está levemente enfermo y no requiere atención médica, puede programar una cita para hacerse la prueba llamando a su departamento de salud local. Encontrará la información de contacto de su departamento de salud local en: <https://dph.georgia.gov/document/document/covid-19-testingdirect-patient-line/download>
- A fin de evitar la propagación de la COVID-19, es esencial que siga las instrucciones de aislamiento que se encuentran en: <https://dph.georgia.gov/isolation-contact>.
- La información aquí contenida no tiene como objetivo ni pretende sustituir las recomendaciones médicas, diagnóstico o tratamiento de un profesional de la salud.

Pautas de los CDC: <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/social-distancing.html>

Información de contacto del Departamento de Salud Pública (DPH) de Georgia: 1-866-PUB-HLTH (782-4584).