



## **COVID-19**

### **¿Qué debe hacer si estuvo potencialmente expuesto a alguien con la enfermedad confirmada del coronavirus?**

*Si cree que estuvo expuesto a alguien con COVID-19 confirmado en un laboratorio, siga las medidas de abajo para monitorear su salud y para que la enfermedad no se propague a otras personas si usted se contagia.*

#### **¿Qué es la enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19)?**

El COVID-19 es una enfermedad respiratoria causada por un nuevo virus llamado SARS-CoV-2. Los síntomas más frecuentes de la enfermedad son fiebre, tos y falta de aliento. La mayoría de las personas con COVID-19 tiene síntomas leves, pero algunas personas se enferman de manera más grave y pueden necesitar hospitalización.

#### **¿Cómo sé si estuve expuesto?**

Por lo general, debe tener contacto cercano con una persona enferma para contagiarse. El contacto cercano incluye:

- Vivir en la misma casa con una persona que tiene COVID-19.
- Cuidar a una persona que tiene COVID-19.
- Estar a menos de 6 pies de distancia de una persona que tiene COVID-19 durante aproximadamente 10 minutos.
- Estar en contacto directo con secreciones de una persona que tiene COVID-19 (p. ej., que la persona le tosa encima o le dé un beso, compartir cubiertos con esa persona, etc.). Si no estuvo en contacto cercano con una persona que tenga COVID-19, corre menos riesgo de estar infectado. Puede seguir yendo a trabajar y a la escuela, pero debe estar atento a su salud durante 14 días desde el contacto y evitar el contacto con otras personas si se enferma.

#### **¿Qué debo hacer si estuve en contacto cercano con alguien que tiene COVID-19, pero no estoy enfermo?**

Esté atento a síntomas como fiebre, tos y falta de aliento durante los 14 días después del último día que haya tenido contacto cercano con la persona que tiene COVID-19. No vaya al trabajo ni a la escuela, y evite los lugares públicos durante 14 días.

#### **¿Qué debo hacer si estuve en contacto cercano con alguien que tiene COVID-19 y me enfermo?**

Si se enferma y tiene fiebre, tos o falta de aliento (incluso si los síntomas son muy leves), es posible que tenga COVID-19. Debe aislarse en su casa y evitar el contacto con otras personas. Si cumple alguna de estas condiciones que pueden aumentar el riesgo de tener una infección grave, como ser mayor de 60 años, estar embarazada o tener condiciones médicas, comuníquese con el consultorio de su médico y diga que estuvo expuesto a alguien con COVID-19. Quizá quieran monitorear su salud más de cerca o hacerle la prueba para detectar COVID-19.

Si no tiene una condición de alto riesgo, pero quiere indicaciones médicas, llame a su proveedor de atención médica y dígame que estuvo expuesto a alguien con COVID-19. Su proveedor de atención médica puede ayudarlo



a decidir si necesita evaluación en persona o hacerse la prueba. Actualmente, no hay medicamentos para tratar el COVID-19. Si tiene una emergencia médica y necesita llamar al 911, informe al personal que lo atiende de que pudo haber estado expuesto al COVID-19. Si es posible, póngase una mascarilla antes de que lleguen los servicios médicos de emergencia o apenas lleguen.

**Vea más directrices para casos de sospecha de COVID-19 o COVID-19 confirmado en [coronavirus.health.ok.gov](https://coronavirus.health.ok.gov).**

**Las personas que hayan tenido contacto con pacientes con COVID-19 y que estén enfermas deben suspender el aislamiento en la vivienda bajo estas condiciones:**

- Cuando hayan pasado al menos 3 días (72 horas) desde la recuperación, que se define como la ausencia de fiebre sin tomar medicamentos para bajarla y la mejora de los síntomas respiratorios (por ej., tos y dificultad para respirar).
- Cuando hayan pasado al menos 7 días desde que aparecieron los síntomas.



OKLAHOMA  
State Department  
of Health



TULSA HEALTH  
Department