

Mi estado de salud	Medidas que se deben tomar
No estoy enfermo ni tengo síntomas ¹ de la enfermedad.	Controle su salud. Lávese las manos con frecuencia, practique el distanciamiento social, evite el contacto con personas enfermas y utilice una cubierta para la cara si va a lugares públicos.
No estoy enfermo ni tengo síntomas ¹ de la enfermedad, pero tengo problemas de salud preexistentes. O BIEN No estoy enfermo, pero soy adulto mayor (de 60 a 65 años o más).	Controle su salud. Esté atento a los síntomas ¹ de la enfermedad. Lávese las manos con frecuencia, practique el distanciamiento social, evite el contacto con personas enfermas y utilice una cubierta para la cara si va a lugares públicos.
No estoy enfermo ni tengo síntomas ¹ de la enfermedad, pero fui un contacto casual * de un caso confirmado de COVID-19.	Controle su salud. Esté atento a los síntomas ¹ de la enfermedad. Si los síntomas son leves, es muy probable que pueda recuperarse en su casa. Lávese las manos con frecuencia, practique el distanciamiento social, evite el contacto con personas enfermas y utilice una cubierta para la cara si va a lugares públicos. Considere hacerse una prueba de la COVID-19.
No estoy enfermo ni tengo síntomas ¹ de la enfermedad, pero soy un contacto doméstico/cercano * de un caso confirmado de COVID-19.	Controle su salud. Quédese en su casa durante 14 días después de la última exposición al caso confirmado. Esté atento a los síntomas ¹ de la enfermedad. Si los síntomas son leves, es muy probable que pueda recuperarse en su casa. Si los síntomas comienzan a empeorar y necesita atención médica, llame a un proveedor de atención médica. Lávese las manos con frecuencia. No vaya al trabajo/la escuela/lugares públicos. Considere hacerse una prueba de la COVID-19.
Estoy levemente ** enfermo y tengo síntomas ¹ de la enfermedad.	Controle su salud. Quédese en su casa hasta que ya no tenga fiebre durante 24 horas (o 1 día completo sin fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles) Y hayan mejorado los otros síntomas Y hayan pasado al menos 10 días desde que aparecieron los síntomas por primera vez. Es muy probable que pueda recuperarse en su casa. Si los síntomas empeoran/no mejoran y necesita atención médica, llame a un proveedor de atención médica. Lávese las manos con frecuencia y no vaya al trabajo/la escuela/lugares públicos. Considere hacerse una prueba de la COVID-19.
Soy adulto mayor o tengo afecciones de salud preexistentes y estoy levemente ** enfermo con síntomas ¹ de la enfermedad.	Póngase en contacto con un proveedor de atención médica y controle su salud. El proveedor puede recomendar que usted se realice la prueba de la COVID-19. Quédese en su casa hasta que ya no tenga fiebre durante 24 horas (o 1 día completo sin fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles) Y hayan mejorado los otros síntomas Y hayan pasado al menos 10 días desde que aparecieron los síntomas por primera vez. Es muy probable que pueda recuperarse en su casa. Si los síntomas empeoran/no mejoran, llame a un proveedor de atención médica para que lo atienda. Lávese las manos con frecuencia y no vaya al trabajo/la escuela/lugares públicos.
Estoy moderadamente ** enfermo y tengo síntomas ¹ de la enfermedad (es decir, los síntomas están empeorando/no están mejorando).	Controle su salud. Quédese en su casa hasta que ya no tenga fiebre durante 24 horas (o 1 día completo sin fiebre sin el uso de medicamentos antifebriles) Y hayan mejorado los otros síntomas Y hayan pasado al menos 10 días desde que aparecieron los síntomas por primera vez. Llame a un proveedor de atención médica e infórmele que los síntomas no mejoran y necesita una evaluación médica. El proveedor puede recomendar que se realice la prueba de la COVID-19. Quédese en su casa, a menos que deba acudir a un centro médico. Si va al centro médico, use una cubierta para la cara. Lávese las manos con frecuencia y no vaya al trabajo/la escuela/lugares públicos.

¹ Los **síntomas** de COVID-19 incluyen: fiebre, tos, dificultad para respirar, escalofríos, temblores, dolor muscular, dolor de cabeza, dolor de garganta, pérdida reciente del gusto o del olfato, congestión o goteo nasal, náuseas/vómitos y diarrea.

* Los **contactos casuales** son aquellos que se encuentran en el mismo ambiente interior (p. ej., un aula, una oficina o una reunión) que un caso sintomático confirmado de COVID-19. Los **contactos domésticos** son personas que viven en la misma casa que un caso confirmado de COVID-19. Los **contactos cercanos** son personas que estuvieron a menos de 6 pies de un caso confirmado de COVID-19 durante un período prolongado (alrededor de 10 minutos o más) o tuvieron contacto directo con las secreciones infecciosas de un caso de COVID-19 (p. ej., tosieron enfrente de ellos). Cruzarse con un caso confirmado de COVID-19 o simplemente estar en el mismo edificio NO califica como contacto cercano.

** Enfermedad **leve** = no sentirse bien y poder quedarse en su casa. Enfermedad **moderada** = se puede requerir una evaluación médica.