

## Lo que debe hacer si:

### Fue expuesto a alguien que se confirmó tiene coronavirus (COVID-19)

Si usted piensa que fue expuesto a alguien que tiene COVID-19 confirmado con pruebas, siga estos pasos para cuidar de su salud y no propagar la enfermedad a otras personas en caso de que usted se llegue a enfermar.

#### ¿Qué es el COVID-19 (coronavirus nuevo del 2019)?

Es una enfermedad respiratoria causada por el nuevo virus llamado SARS-CoV-2. Los síntomas más comunes son:

- Fiebre
- Tos
- Falta de respiración

La mayoría de las personas con COVID-19 tienen una leve enfermedad, pero unas personas se enfermarán mucho más y necesitarán que ser hospitalizadas.

#### ¿Cómo sabre si he sido expuesto?

Muchas veces se tiene que estar en contacto cercano con una persona enferma para quedar infectado, tal como:

- Vivir en el mismo hogar que una persona enferma con el COVID-19
- Cuidar de una persona enferma con el COVID-19
- Estar menos de 6 pies de una persona enferma con el COVID-19 por casi 10 minutos
- Estar en contacto directo con secreciones corporales de una persona enferma con el COVID-19 y esta persona le tosió, besó o compartieron utensilios

#### ¿Qué hago si no estoy seguro si he sido expuesto a alguien enfermo con COVID-19, pero yo no estoy enfermo?

Usted tiene un poco riesgo de infección si no ha estado bajo contacto cercano con una persona enferma con el COVID-19. Usted puede seguir trabajando o yendo a la escuela, pero necesita que:

- Cuidar de su salud por 14 días.
- Mantenerse alejado de otras personas si está enfermo.

## ¿Qué debo hacer si ESTUVE en contacto cercano con alguien con COVID-19 mientras estaban enfermos, pero yo no estoy enfermo?

El Departamento de Salud Pública de Iowa le considera personal de servicios esenciales si es un trabajador de cuidado de salud, agente policial, personal de bomberos o de Servicios de Urgencias Médicas, personal de cuidado de largo plazo, o personal de una instalación de apoyo residencial. Usted debe:

- Vigilar su salud en caso de tener fiebre o síntomas respiratorios, tal como tos nueva o que se está empeorando.
- Seguir yendo al trabajo si usted **no** presenta síntomas.
- **No** vaya a trabajar si tiene síntomas. Favor de llamar a su empleador de inmediato.

Si usted es un trabajador que no se considera personal de servicios esenciales, vigile su fiebre, tos o falta de respiración durante los 14 días después del último día que estuvo en contacto con la persona con el COVID-19. **No** vaya a trabajar o a la escuela. **No** vaya a lugares públicos por 14 días.

## ¿Qué debo hacer si estoy en contacto cercano con alguien con COVID-19 y me llego a enfermar?

Si le pega fiebre, tos o falta de respiración (aun si sus síntomas son muy leves), quizás puede tener COVID-19. Quédese en casa y alejado de otras personas. Haga una cita por video con un proveedor de atención de salud usando la página MyChart o llamando al 1-319-384- 9010. Quizás quieran vigilar su salud de manera más cercana u ofrecerle una prueba para el COVID-19.

En estos momentos no hay medicamentos para tratar el COVID-19. Si tiene una emergencia y necesita llamar al 911, dígale al personal de emergencia que quizás usted ha sido expuesto al COVID-19. Si es posible, póngase una mascarilla antes o justo cuando los trabajadores de emergencia lleguen a su hogar.

## ¿Por cuánto tiempo tengo que estar en casa bajo aislamiento si me llego a enfermar?

Quédese en casa y alejado de las demás personas en el hogar hasta que:

- No tenga fiebre por lo menos por 72 horas. Eso quiere decir 3 días enteros sin fiebre o sin medicamentos que quiten la fiebre; **Y**
- Otros síntomas se mejoren, incluyendo la tos y falta de respiración; **Y**
- Pasen por lo menos 10 días desde que empezaron los síntomas.

Hable con su empleador sobre cuando puede regresar a trabajar.