



Bridging the Gaps in Public Health

QUE DEBO HACER SI PRUEBO POSITIVO PARA COVID-19?

El Monmouth Consorcio de Salud Pública esta pidiendo su asistencia para preparar ayuda a prevenir el propagación del COVID-19. Al nivel nacional, la cantidad de personas infectadas con este virus sigue creciendo. De acuerdo con los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y la Organización Mundial de la Salud , COVID-19 es una pandemia. Nosotros necesitamos prepararnos para prevenir la propagación de este virus localmente.

SINTOMAS

Los síntomas pueden incluir fiebre, tos, falta de aliento leve a grave enfermedad respiratoria inferior y dolor en el pecho.

¿POR QUÉ COVID-19 ES TAN IMPORTANTE EN ESTE MOMENTO?

Todavía hay información que no sabemos sobre el coronavirus que causa COVID-19. ¿Por qué es tan contagioso? ¿Cual es el tratamiento? Puede ser controlado? Estas son algunas de las preguntas para las que necesitamos respuestas. Lo que nosotros sí sabemos es que actualmente no hay vacuna y el período de incubación es hasta 14 días, que es más largo que la gripe estacional. La mayor preocupación es que medida que aumentan los casos, los hospitales no tendrán la capacidad de tratar los que estan gravemente enfermos si demasiadas personas se enferman al mismo tiempo.

MIS RESULTADOS FUERON POSITIVOS PARA COVID-19, ¿QUÉ HAGO?

Si el resultado es positivo para COVID-19, es muy probable que tenga un leve caso y puede manejar sus síntomas en casa. Monitoree y grabe su síntomas todos los días. Si es posible, tómese la temperatura dos veces al día. Beba muchos líquidos (evite la cafeína y el alcohol), aumente la ingesta de Vitamina C y zinc, y tome medicamentos para reducir la fiebre cuando sea necesario.

Lo más importante es aislarse en casa lejos de la familia y de otros miembros del hogar. Si debe usar áreas compartidas como el baño, use una máscara y limpie las áreas que tocó. Asegúrese que los otros miembros de hogar también limpian esas áreas. Prepare su hogar para que haya una sala de aislamiento para cualquier persona enferma. Si es posible, actividades como dormir, comer y leer deben ocurrir en esa habitación.

¿CUÁNDO PUEDO DETENER EL AUTO AISLAMIENTO?

Después de su diagnóstico, se le pedirá que se aisle en su hogar hasta que:

1. No tiene fiebre durante al menos 72 horas (tres días) sin el uso de medicamentos para bajar la fiebre Y
2. Han transcurrido al menos siete días desde que se desarrolló por primera vez síntomas Y
3. Sus síntomas han mejorado significativamente.

Si tiene problemas para determinar cuándo detener el aislamiento, contacte a su proveedor medico



QUE DEBO HACER SI PRUEBO POSITIVO PARA COVID-19?

SEÑALES DE ADVERTENCIA DE EMERGENCIA Y ¿CUÁNDO DEBO IR AL HOSPITAL?

Siempre es mejor controlar tu salud. Si nota síntomas como fiebre, tos y dificultad para respirar, llame a su médico. Su médico podrá determinar si necesita buscar más tratamiento en persona. Llame al 9-1-1 si presenta cualquiera de los siguientes síntomas de emergencia:

- Respiración dificultosa
- Dolor o presión persistentes en el pecho.
- Nueva confusión o incapacidad para despertar
- Labios o cara azulados

Si está bajo aislamiento en el hogar y tiene una emergencia médica, llame a una ambulancia o marque 9-1-1. Infórmeles que ha dado positivo por COVID-19 y que actualmente está aislando en su hogar. Cuando llama con anticipación, les ayudará a prepararse y evitar que otras personas se infecten.

¿QUÉ PUEDEN HACER LOS MIEMBROS DEL HOGAR?

Miembros del hogar que cuidan o comparten un hogar con alguien que dio positivo por COVID-19 debe tomar precauciones para evitar la propagación de COVID-19 en el hogar. Aquellos en el hogar que son saludables y no muestran síntomas deben:

- Evite el contacto cercano con la persona que dio positivo.
- Lavarse las manos con frecuencia antes y después de interactuar con la persona de alto riesgo, abstenerse de compartir alimentos, toallas y otros artículos.
- Limpie las áreas de superficie diariamente y después de ser tocado por una persona con COVID-19. Use guantes para limpiar con productos que mata el virus o una mezcla de cloro y agua. • Lave bien la ropa, si es posible use guantes desechables cuando manipule ropa sucia y
- Mantenga la ropa lejos de su cuerpo. Luego, lávese las manos durante 20 segundos con agua y jabón.

También debe identificar un espacio protegido para los miembros vulnerables del hogar; Esto puede ayudar a limitar el propagación de COVID-19. Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades tienen información más detallada sobre "Previniendo la propagación de la enfermedad coronavirus 2019 en hogares y comunidades residenciales."

¿DÓNDE ENCUENTRO MÁS INFORMACIÓN?

Llame para obtener más información sobre COVID-19, al 2-1-1 o envíe un mensaje de texto: NJCOVID al 898-211. Visite <https://covid19.nj.gov/> para obtener información COVID-19 de Nueva Jersey.

The Monmouth Public Health Consortium

Colts Neck Health Department ♦ Freehold Area Health Department ♦ Long Branch Health Department ♦
Manalapan Health Department ♦ Middletown Health Department ♦ Monmouth County Regional Health Commission