Comunicado de prensa

Para publicación inmediata: 30 de diciembre de 2021 (21-264-Español)

Contacto: Comunicaciones del DOH

Qué hacer si obtiene un resultado positivo en la prueba de COVID-19

OLYMPIA. El Departamento de Salud (DOH, por su sigla en inglés) del estado de Washington ofrece un recordatorio detallado sobre lo que la gente debe hacer si da positivo en la prueba de COVID-19. Los casos están aumentando considerablemente, impulsados por la variante ómicron, que se cree que es más contagiosa que las variantes anteriores, incluida la delta. El seguimiento de los casos y la prevención de una mayor propagación de la enfermedad comienzan con las pruebas. Cualquier persona con cualquier indicio o síntoma de COVID-19 o con exposiciones conocidas debe someterse a las pruebas, independientemente del estado de vacunación o de haber contraído la enfermedad antes.

Qué hacer si da positivo:

- Siga las últimas pautas de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC, por su sigla en inglés) y el DOH (solo en inglés) y aíslese en casa, lejos de los demás.
    - Las personas que den positivo deben aislarse.
    - Todos los contactos cercanos deben hacer cuarentena.
- Utilice una mascarilla mientras esté aislado y pida a los demás en su casa que hagan lo mismo (preferentemente, use una mascarilla KN95, KF-94 o una mascarilla quirúrgica de 3 capas).
    - A menudo, cuando las mascarillas están mal ajustadas, quedan espacios. Ate los cordones que pasan por las orejas en la parte donde se unen a la cara para mejorar el ajuste de la mascarilla.
    - También se puede usar otra mascarilla para cubrir los espacios.
    - Vea un breve video de demostración sobre cómo ajustar las mascarillas para que se adapten mejor (solo en inglés).
- Ventile el espacio en donde está lo máximo posible.
    - Encienda el ventilador de su sistema de calefacción y déjelo en velocidad alta, en lugar de automático.

— Más —

    - Si su casa tiene un sistema de calefacción y aire acondicionado, asegúrese de tener un filtro nuevo y cámbielo según las instrucciones del fabricante.
    - Cuando pueda, abra un poco las ventanas para que entre aire fresco.
- Si corresponde, utilice WA Notify (Notifica WA) para informar si obtiene un resultado positivo en su prueba casera de detección.
- Comuníquese con sus contactos estrechos, y hágales saber que han estado expuestos y que deben hacer cuarentena.
- Manténgase hidratado y tome medicamentos de venta libre, como el paracetamol, para evitar el malestar y controlar los síntomas.
- Solicite atención médica si presenta los siguientes síntomas:
    - Dificultad para respirar
    - Dolor o presión constantes en el pecho
    - Confusión o incapacidad para despertarse o mantenerse despierto
    - Piel, labios o lechos ungueales pálidos, grises o azules (o una lectura de niveles anormales bajos en un oxímetro de pulso, si tiene uno)

De cara a las celebraciones de Año Nuevo, la gente debería analizar la posibilidad de evitar las grandes aglomeraciones, y cualquiera que dé positivo debería quedarse en casa. Las personas que busquen dónde hacerse la prueba deben visitar la página localizador de centros de testeo (solo en inglés) del sitio web del DOH. Las ubicaciones se enumeran por regiones. Las personas también deberían considerar la posibilidad de activar WA Notify en sus teléfonos inteligentes, que envía alertas de forma anónima a las personas que han estado expuestas.

“A medida que los casos siguen aumentando, es posible que la gente necesite un recordatorio de lo que debe hacer si da positivo”, dijo el Dr. Tao Sheng Kwan-Gett, magíster en Saludo Pública y jefe oficial de Ciencias. “Esperamos que esta sea una directriz útil y que recuerde a la gente todas las herramientas que tenemos disponibles para protegernos a nosotros mismos, y proteger a nuestras familias y nuestras comunidades”.

La vacunación sigue siendo la mejor defensa contra la COVID-19, especialmente contra el empeoramiento de la enfermedad. Todas las personas de 16 años o más pueden recibir una dosis de refuerzo, y los niños de 5 años o más deben comenzar con su esquema de dos dosis inmediatamente.

Ingrese al sitio web del DOH cuando necesite *una dosis saludable de información.* Encuéntrenos en Facebook y síganos en Twitter. Regístrese para recibir el blog del Departamento de Salud, Bienestarwa.

###