

ESTO ES LO QUE DEBE HACER SI CREE QUE PODRÍA
TENER COVID-19 O SABE QUE HA ESTADO EXPUESTO

Quédese en casa.

Si no se siente bien, quédese en casa, incluso si tiene síntomas leves. Si estuvo en contacto con alguien que está enfermo, quédese en casa para vigilar si presenta síntomas.



MIENTRAS SE QUEDA EN CASA

- Trate de mantenerse alejado de otros miembros de la familia y mascotas.
- Si puede, quédese en una habitación separada y use un baño separado y artículos personales.
- Lávese las manos y limpie las superficies con frecuencia.
- No tenga contactos con personas externos a su hogar.
- No vaya al trabajo o a la escuela fuera del hogar.
- Es posible que pueda obtener ayuda para comprar alimentos y suministros.

USTED PUEDE AYUDAR A DETENER LA PROPAGACIÓN DE COVID-19.
Más información en www.doh.wa.gov/coronavirus

ESTO ES LO QUE DEBE HACER SI CREE QUE PODRÍA
TENER COVID-19 O SABE QUE HA ESTADO EXPUESTO

Hágase una prueba tan pronto como pueda.



Puede haber pruebas gratuitas disponibles.

CONOZCA LOS SÍNTOMAS DE COVID-19

- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Dificultad para respirar o dificultad para respirar
- Fatiga
- Dolores musculares o corporales
- Dolor de cabeza
- Nueva pérdida de sabor u olor
- Dolor de garganta
- Congestión o goteo nasal
- Náuseas o vómitos
- Diarrea

USTED PUEDE AYUDAR A DETENER LA PROPAGACIÓN DE COVID-19.
Más información en www.doh.wa.gov/coronavirus

ESTO ES LO QUE DEBE HACER SI CREE QUE PODRÍA
TENER COVID-19 O SABE QUE HA ESTADO EXPUESTO

Responda rápidamente.



Un entrevistador de rastreo de contactos le preguntará sobre las personas con las que ha estado en contacto cercano.

EL ENTREVISTADOR

- Mantendrá su información confidencial.
- Le ayudará a entender qué hacer a continuación y dónde encontrar recursos.
- Mantendrá su información privada de sus contactos, incluso si se lo piden.
- Nunca le pedirá su número de seguro social, estatus migratorio o información bancaria.



Luego sus contactos pueden hacerse la prueba y aprender qué hacer para protegerse a sí mismos y a los demás.

USTED PUEDE AYUDAR A DETENER LA PROPAGACIÓN DE COVID-19.
Más información en www.doh.wa.gov/coronavirus