

GUÍA SOBRE EL COVID-19

Estuve EXPUESTO a alguien con COVID-19.



Use una mascarilla alrededor de los demás hasta que hayan pasado 10 días completos desde que estuvo expuesto.



Esté atento a los síntomas



Hágase una prueba 5 días completos después de la exposición o tan pronto como se sienta enfermo: [vacunate.nc.gov/pruebas](https://www.vacunate.nc.gov/pruebas).

Di positivo a la prueba de COVID-19.

Necesita AISLARSE:



Quédese en casa y manténgase alejado de los demás en casa y de la comunidad durante al menos 5 días completos desde el día en que comenzaron sus síntomas o desde la fecha de la prueba si no tiene síntomas.



Si tiene síntomas, permanezca en aislamiento durante los 5 días y hasta que:

- Ya no tiene síntomas O
- Ha estado libre de fiebre durante 24 horas (sin medicamento) y sus síntomas están mejorando



Use una mascarilla alrededor de otras personas hasta que hayan pasado 10 días completos desde que comenzaron sus síntomas (o desde la fecha del examen si no tiene síntomas).

Las mascarillas se pueden retirar antes del día 10, después de dos pruebas de antígeno negativas realizadas después del período de aislamiento de 5 días y con 48 horas de diferencia.



Puede visitar este sitio web para obtener más información sobre los síntomas de COVID-19: [covid19.ncdhhs.gov/sobre-covid-19/conozca-los-sintomas](https://www.covid19.ncdhhs.gov/sobre-covid-19/conozca-los-sintomas)



Si tiene SÍNTOMAS de COVID-19 y aún no se ha hecho la prueba, debe hacerse la prueba de inmediato: [vacunate.nc.gov/pruebas](https://www.vacunate.nc.gov/pruebas). Siga las instrucciones anteriores para AISLARSE mientras espera sus resultados.

Hay apoyo para responder a preguntas sobre COVID-19 y para ayudarlo a usted y a sus seres queridos a mantenerse seguros y saludables.



¿Preguntas sobre cuarentena o aislamiento? Llame al Equipo Comunitario COVID de Carolina del Norte al 844-628-7223 o llame a su departamento de salud local www.ncdhhs.gov/LHD



¿Tiene preguntas sobre el tratamiento del COVID-19? Llame al 1-800-232-0233 o visite covid19.ncdhhs.gov/tratamientos



¿Tiene preguntas sobre las vacunas contra el COVID-19? Llame al 1-800-CDC-INFO o visite vacunate.nc.gov.



¿Tiene preguntas sobre las pruebas de COVID-19, opciones incluidas para el hogar? Llame al 1-800-232-0233 o visite vacunate.nc.gov/pruebas.



¿Necesita apoyo alimentario mientras está en cuarentena o aislamiento? Llame o envíe un mensaje de texto al 2-1-1 para obtener recursos alimenticios o visite ncdhhs.gov/SNAC para obtener una lista de recursos.



Apoyo emocional o de salud mental? Llame, envíe un mensaje de texto o chatee con Línea de Prevención del Suicidio y Crisis al 988 para obtener apoyo emocional gratuito y confidencial, referencias de asesoramiento y recursos comunitarios disponibles las 24 horas del día, los 7 días de la semana.



Para otras necesidades: Llame al 2-1-1 o al 888-892-1162 para obtener recursos y asistencia con alimentos, vivienda, pago de sus facturas de energía, crianza de los hijos, tratamiento por uso de sustancias, así como recursos específicos para adultos mayores, personas con discapacidades y más.

