

NORMAS PARA DETENER EL CONTAGIO DEL COVID-19

A. NO está enfermo y NO ha estado en contacto con alguien con COVID-19

NORMAS CUANDO ESTA EN CASA

Mantenga 6 pies de distancia hacia los demás

Lávese las manos con frecuencia

Cubra su tos

Use una máscara de tela cuando esté en público si no puede mantener 6 pies de distancia

NORMAS PARA EL LUGAR DE TRABAJO

Mantenga 6 pies de distancia con sus compañeros de trabajo

Si no puede mantener 6 pies de distancia, use una máscara

B. NO está enfermo, pero alguien en su hogar no se siente bien

NORMAS PARA QUEDARSE EN CASA O REGRESAR AL TRABAJO

- Si el miembro del hogar NO tiene síntomas de COVID-19, como fiebre, tos, falta de aliento, escalofríos, dolor de cabeza, dolor muscular, dolor de garganta o pérdida del gusto u olfato, siga la sección A anterior.
- Si el miembro del hogar TIENE síntomas de COVID-19, como fiebre, tos, falta de aliento, escalofríos, dolor de cabeza, dolor muscular, dolor de garganta o pérdida del gusto u olfato, siga la sección C a continuación..

C. Estuvo en contacto cercano con alguien con COVID-19 (como una persona en su hogar), pero usted NO está enfermo

NORMAS PARA QUEDARSE EN CASA

- Quéedese en casa, sepárese de los demás en su hogar y no comparta cosas (por ejemplo, cubiertos, teléfono) durante 14 días.
- Trabaje desde su casa si puede.

NORMAS PARA REGRESAR AL TRABAJO

- Notifique a su supervisor.
- Quéedese en casa por 14 días.
- Si se enferma (fiebre, tos, falta de aliento, escalofríos, dolor de cabeza, dolor muscular, dolor de garganta o pérdida del gusto o el olfato), continúe en casa y siga la sección D a continuación.
- Regrese al trabajo después de 14 días si no presenta síntomas.

D. Está enfermo con síntomas de COVID-19 como fiebre, tos, falta de aliento, escalofríos, dolor de cabeza, dolor muscular, dolor de garganta o pérdida del gusto u olfato, pero NO se le han realizado pruebas para detectar COVID-19 O está enfermo y su proveedor de atención médica le dijo que tiene COVID-19 (basado en pruebas de laboratorio o síntomas)

NORMAS PARA QUEDARSE EN CASA

- Sepárese de los demás en su hogar y no comparta cosas (por ejemplo, cubiertos, teléfono) y quéedese en casa por lo menos:

- 10 días y durante 3 días sin fiebre (sin usar medicamentos para reducir la fiebre) y mejoría de los síntomas respiratorios (tos, falta de aliento), lo que sea más largo.

- Trabaje desde su casa si puede.

NORMAS PARA REGRESAR AL TRABAJO

- Notifique a su supervisor.
- Regrese al trabajo después de 10 días, y durante 3 días sin fiebre (sin usar medicamento para reducir la fiebre) y con mejoramiento de síntomas respiratorios (tos, falta de aliento), lo que sea más largo.
- Mantenga 6 pies de distancia hacia compañeros de trabajo y visitantes, si es posible.
- Si es difícil mantener 6 pies de distancia, use una máscara.

