

Instrucciones para personas que están en cuarentena en el hogar – el Nuevo Coronavirus

La cuarentena se utiliza cuando una persona está posiblemente infectada con una enfermedad, pero aún no presenta síntomas. Las personas que han estado en áreas de alto riesgo en los últimos 14 días o han estado en contacto con una persona infectada con COVID-19 necesitan ser puestas en cuarentena.

Es posible que estas pautas no se apliquen a las personas que tienen un mayor riesgo, incluyendo los adultos mayores, las personas que tienen enfermedades crónicas como enfermedades cardíacas, diabetes y enfermedades pulmonares.

• Un profesional de salud proporciona información detallada sobre la infección, y los signos y síntomas de la infección por COVID-19. También se puede encontrar la información en el sitio web del Departamento de Salud Pública www.rivcoph.org/coronavirus.

- No debe salir de su casa a menos que sea necesario. Si necesita buscar servicios de atención médica necesarios, y después de consultar con **el Departamento de Salud Pública – Control de Enfermedades: (951) 358-5107**, puede usar un carro privado, y evitar el uso de transporte público o taxis, incluyendo Lyft y Uber. Debe informar a su proveedor médico sobre su estado de cuarentena de antemano para que se puedan poner en marcha las precauciones necesarias antes de su llegada al centro.
- Usted no debe asistir a la escuela ni trabajar con otras personas. Usted no debe asistir a ningún evento público ni a ninguna reunión de grupos grandes.
- Usted no debe visitar gimnasios, piscinas, teatros, cines, centros comerciales u otros lugares donde las personas se reúnen.
- Usted no debe salir en busca de provisiones, es decir a la farmacia, el supermercado, la oficina de correos, los bancos, etc. Si la entrega del alimento y otras necesidades está disponible en su área, este servicio puede ser utilizado durante la cuarentena dejando provisiones en su puerta.
- No debe permanecer en el espacio compartido del condominio o en cualquier grupo. No debe tener visitantes en el hogar durante la cuarentena.
- Usted puede dar un paseo, pero tiene que guardar la distancia de al menos 3 pies de otras personas. Usted puede ir en un carro privado, pero no debe interactuar con otros cercanamente, por ejemplo, en los restaurantes de comidas entregadas en el auto.
- Usted puede sacar la basura doméstica, pero usted necesita considerar la higiene, como lavarse las manos antes y después de abrir el ducto de basura / cubo de basura / sala de basura y preferiblemente limpiar las manijas con 70% de alcohol u otros desinfectantes después del contacto.
- Otros expuestos en el mismo hogar al mismo tiempo pueden ser puestos en cuarentena juntos en el mismo lugar. Es preferido que los individuos en la unidad familiar que no han sido expuestos NO duerman en el mismo cuarto y NO compartan el mismo cuarto de baño con las personas que están en cuarentena.
- Usted debe reportar de todos los síntomas de la enfermedad, ya sea que usted crea que son relevantes para el COVID-19 o no, al Departamento de Salud Pública – Control de Enfermedades: (951) 358-5107. Ellos decidirán si es necesario tomar una muestra con respecto al COVID-19.