

¿Qué Hacer Si Obtiene Un Resultado Negativo en la Prueba de la COVID-19?

Si ha obtenido un resultado negativo (o de “no detectado”) en la prueba de la COVID-19, aprenda a dar seguimiento a su estado de salud y proteger a otras personas:

¿Ha estado cerca de alguna persona que tenga COVID-19?

Si convive, cuida o recientemente haya pasado tiempo cerca de alguien que haya sido diagnosticado de COVID-19:

Entre en cuarentena

- Deberá permanecer en su hogar después de su más reciente contacto con una persona que tenga COVID-19:
 - Puede terminar la cuarentena una vez que pasen 10 días si no tiene síntomas sin hacerse la prueba.
 - Puede terminar la cuarentena una vez que pasen 7 días si no tiene síntomas y el resultado de la prueba de amplificación del ácido nucleico (PCR) o del antígeno es negativo después del 5^{to} día.
 - Debe continuar observándose para detectar síntomas de COVID hasta el 14^{to} día.
 - Es especialmente importante que use la mascarilla hasta el 14^{to} día, y también debe continuar usándola luego de terminado el período de cuarentena.
- Permanezca en la misma habitación, lo más alejado posible de otras personas que habiten en su hogar. Use un baño aparte, de ser posible.
- * Si se le considera un [trabajador esencial](#), puede que se le permita trabajar durante su cuarentena, pero deberá usar una mascarilla en todo momento.

Dé seguimiento a su estado de salud

- Si no está enfermo, esté pendiente si comienza a tener tos, dificultad para respirar, pérdida del gusto o el olfato, fiebre, escalofríos, congestión/secreción nasal, náuseas/vómitos, diarrea, dolor de garganta, dolor de cabeza, mialgia o fatiga.
- Si presenta alguno de esos síntomas dentro de los 14 días de su más reciente contacto con una persona que tenga COVID-19, es posible que usted tenga COVID-19.
- Si sus síntomas son leves, permanezca en casa y dé seguimiento a su estado de salud. Si necesita una evaluación médica, llame al consultorio médico u hospital de antemano e infórmele al personal médico que estuvo en contacto con una persona que ha sido diagnosticada de COVID-19.

¿Está enfermo?

Si comienza a tener tos, dificultad para respirar, pérdida del gusto o el olfato, fiebre, escalofríos, congestión/secreción nasal, náuseas/vómitos, diarrea, dolor de garganta, dolor de cabeza, mialgia o fatiga:

Aíslese

- Deberá aislarse rigurosamente en su hogar.
- Permanezca en una sola habitación, lo más alejado posible de otras personas que habiten en su hogar. Use un baño aparte, de ser posible. Las personas con las que convive podrán hospedarse en otro lugar, de haberlo, para reducir su riesgo de contagio.

Dé seguimiento a su estado de salud

- Descanse mucho y manténgase hidratado.
- De ser necesario, tome medicamentos sin receta para reducir la fiebre o aliviar sus síntomas.
- Si sus síntomas empeoran y necesita atención médica, llame primero e infórmele al personal médico que tiene síntomas.

Si no está enfermo y no ha tenido contacto con nadie que tenga COVID-19...

Protéjase a sí mismo y a otras personas

- Acate todas las recomendaciones de distanciamiento social pertinentes.
- Tápese la cara con una cubierta de tela cuando se encuentre en espacios públicos donde sea difícil mantener las medidas de distanciamiento social.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos o con desinfectante para manos a base de alcohol, si no hay agua y jabón disponibles.
- Limpie y desinfecte objetos y superficies con regularidad, inclusive su teléfono.
- Cúbrase la boca al toser o estornudar con la parte interior del codo o un pañuelo.
- Si presenta síntomas o tiene alguna otra pregunta acerca de su salud, comuníquese con su proveedor de atención médica.