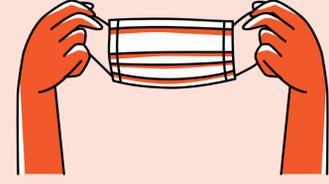


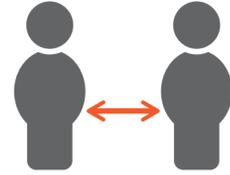
MANEJO DE LOS SÍNTOMAS DEL COVID-19 EN CASA

Si tiene el COVID-19 y vive con otras personas, existe un alto riesgo de que contagie a las personas en su hogar. Para proteger su hogar, siga estos consejos si ha dado positivo en la prueba del COVID-19 y/o tiene síntomas:

- 1 Use una mascarilla/cubre bocas**
alrededor de cualquier persona dentro de su casa en todo momento.



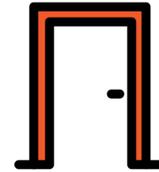
- 2 Mantenga una distancia física**
de al menos 6 pies (2 metros) en todo momento.



- 3 Monitoree sus síntomas**
Si sus síntomas empeoran, llame a su proveedor de atención médica o al Centro de atención telefónica COVID-19 del Condado de King si no tiene uno.



- 4 Permanezca en una habitación designada**
y lejos de las personas que viven en su casa tanto como sea posible.



- 5 Utilice los espacios compartidos como la cocina o el baño en diferentes momentos.**
Limpie siempre las superficies después de cada uso. Lave los utensilios y las superficies después de cada uso.



- 6 Evite compartir artículos personales**
con las personas con las que vive, como utensilios, toallas, ropa de cama.



- 7 Abra las ventanas para mejorar la ventilación**
y aumentar el flujo de aire, especialmente si comparte un baño.



- 8 Limpie todas las superficies**
que se tocan con frecuencia después de usarlas, como pomos/perillas de puertas o mostradores.



- 9 Mantenga una rutina de higiene.**
Cúbrase al toser y estornudar con un pañuelo de papel o con la parte interior de su codo. Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón o desinfectante de manos a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol.



11 Enero 2021

Si no tiene un proveedor de atención médica o necesita ayuda para aislarse de su hogar, llame al Centro de atención telefónica COVID-19 del Condado de King al 206-477-3977. Hay intérpretes disponibles.

CUIDANDO EN CASA A OTROS QUE TIENEN COVID-19

Vivir con alguien que tiene COVID-19 es uno de los entornos de mayor riesgo para contraer COVID-19. Incluso con un buen distanciamiento social y el uso de una mascarilla/cubre bocas, su riesgo de contraer COVID-19 mientras vive con alguien con COVID-19 es mucho mayor que en otros entornos.

Si está viviendo con alguien que tiene COVID-19, le recomendamos que siga estos pasos:

1 Elija una persona en la casa para ser el cuidador primario de la persona enferma. Asegúrese de que la persona que tiene COVID-19 descanse lo suficiente. Use medicamentos de venta sin receta para la fiebre, el dolor de garganta y el malestar general. Siga las instrucciones de su proveedor de atención médica.

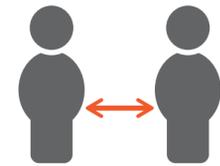
2 Monitoree sus síntomas en caso de que se haya contagiado de COVID-19.



3 Use espacios compartidos como la cocina o el baño en diferentes momentos. Siempre limpie las superficies después de cada uso. Lave los utensilios y las superficies después de cada uso.



4 Cualquiera que no sea el cuidador primario debe mantener una distancia física de la persona que tiene COVID-19.



5 Use una mascarilla/cubre bocas si necesita estar cerca de otras personas dentro o fuera de su casa.



6 Evite compartir artículos personales con personas con las que vive, como utensilios, toallas, ropa de cama.



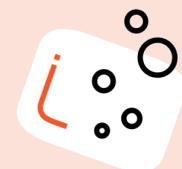
7 Abra las ventanas para mejorar la ventilación y aumentar el flujo de aire, especialmente si comparte un baño.



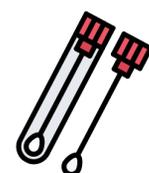
8 Limpie todas las superficies que se tocan con frecuencia después de usarlas, como pomos/perillas de puertas o mostradores.



9 Mantenga una rutina de higiene. Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón o desinfectante de manos a base de alcohol con al menos un 60% de alcohol.



10 Hágase la prueba del COVID-19. Póngase en cuarentena a partir del último día en que la persona que tiene COVID-19 en su hogar termine su período de aislamiento.



Si no tiene un proveedor de atención médica o necesita ayuda para ponerse en cuarentena lejos de su hogar, llame al Centro de atención telefónica COVID-19 del Condado de King al 206-477-3977. Hay intérpretes disponibles.

11 Enero 2021

Para obtener más consejos sobre cómo cuidar en el hogar a otras personas que tienen COVID-19, por favor visite www.kingcounty.gov/covid/self-care (El sitio web solo está disponible en inglés)