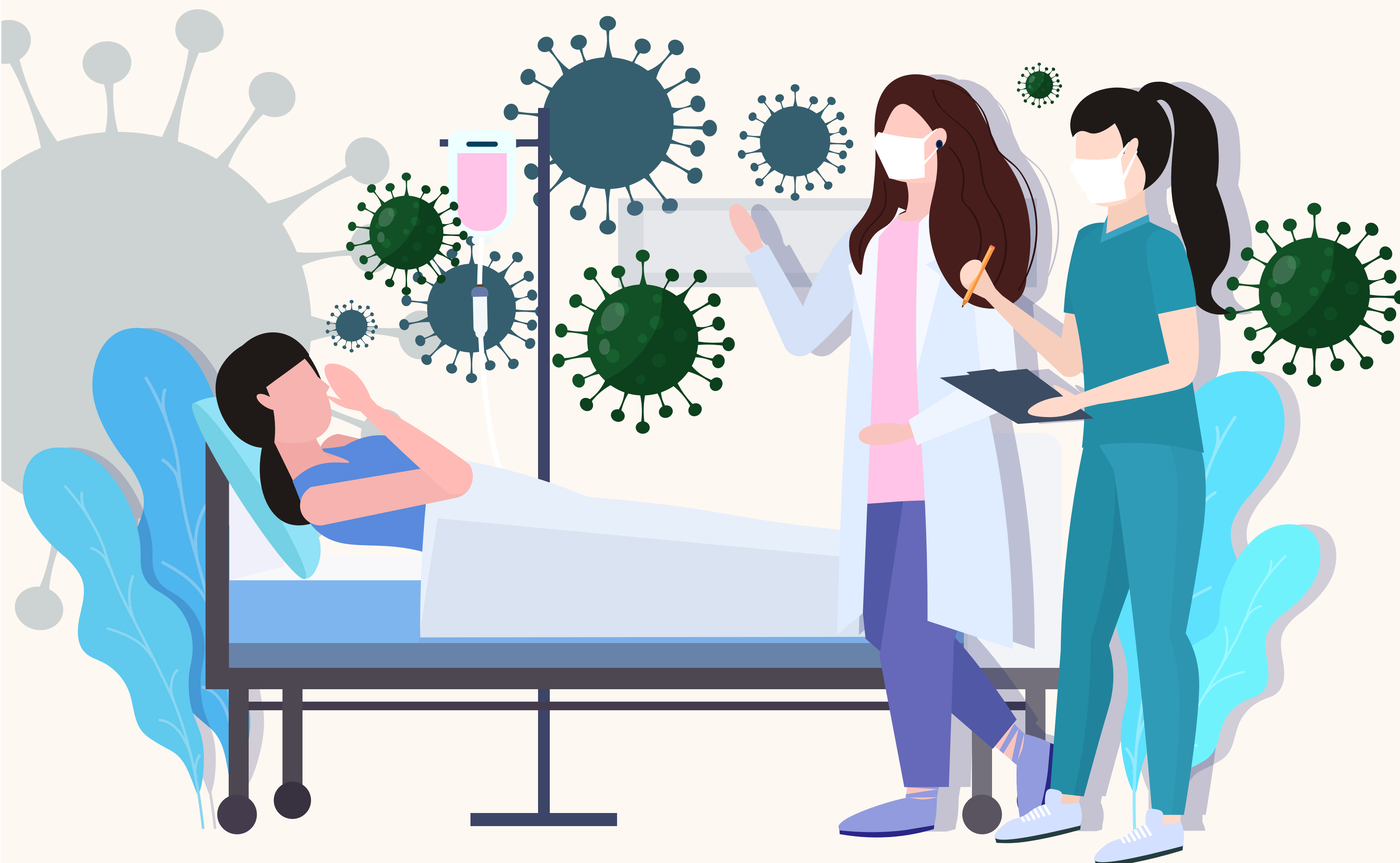


¿Qué es la **cuarentena** por Covid-19?

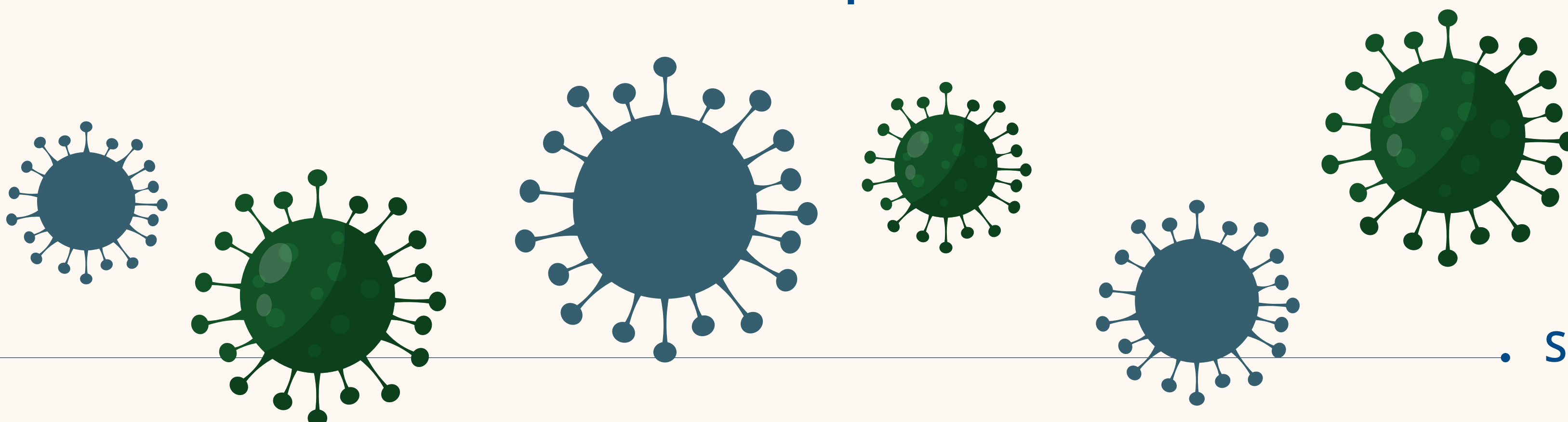
Es el **aislamiento transitorio domiciliario** para personas que han estado **expuestas a un agente infeccioso**, quienes podrían desarrollar la enfermedad y **transmitirla a otras personas**.

El reposo se realiza en el domicilio y se extiende por **14 días** desde el contacto con una persona con COVID-19 o desde la salida de un país con brote activo.



¿Qué **cuidados** se debe tener durante la **cuarentena**?

- 1) **Aislamiento social** (no salir del hogar, ni recibir visitas).
- 2) **Mantener un metro de separación** con los otros miembros del hogar.
- 3) **Medidas básicas personales:**
 - a) Realice **higiene de manos frecuentemente** con agua y jabón.
 - b) **No comparta** artículos de higiene personal ni de alimentación.
 - c) Al **estornudar o toser, cubra su nariz y boca** con pañuelo desechable o el antebrazo.
 - d) Elimine los pañuelos desechables dentro de una bolsa plástica en basurero con tapa.



¿Qué **cuidados** debe tener durante la **cuarentena**?

4) **Ocupar pieza individual** con ventana y ventilar frecuentemente.

5) En caso de no tener pieza individual, permanezca a 1 metro de distancia de otros familiares.

6) **Mantener limpieza:**

a) **Limpiar y desinfectar frecuentemente las superficies** (veladores, mesas, WC u otras que toque a diario) con desinfectante que contenga cloro, alcohol o similar.

b) **Lavar la ropa** y de cama, toallas, etc. por separado, utilizando detergente habitual y con agua a 70°C o más por al menos 20 minutos.



¿Qué hacer **si enferma o tiene síntomas** durante la **cuarentena**?

Todos los días de la cuarentena debe estar **atento a la aparición de síntomas** sugerentes de infección respiratoria: **fiebre, dolor de garganta, dolores musculares, tos y dificultad para respirar.**

Si **presenta síntomas de infección respiratoria o fiebre**, debe **acudir al servicio de urgencia** más cercano.

El **traslado** lo deberá **realizar en un medio** que involucre el **menor contacto con personas**, evitando a los adultos mayores o pacientes con enfermedades crónicas, utilice mascarilla.

