

# ¿PRESENTA SÍNTOMAS DE UN VIRUS RESPIRATORIO, como los del COVID-19, del VSR o de la influenza?

Esta información está destinada al público en general y a entornos que no son de cuidado de la salud, como las escuelas y los centros de cuidado infantil. Esto no aplica a los entornos de cuidado de la salud, los centros penitenciarios o los refugios para personas sin hogar.

## 1 Si está enfermo, quédese en casa y manténgase alejado de otras personas, incluso de los miembros del hogar que no están enfermos.

Podrá retomar sus actividades normales cuando se cumplan las dos condiciones siguientes durante al menos 24 horas:

- sus síntomas están mejorando en general; y
- no ha presentado fiebre.

**Prueba de detección de COVID-19 si está disponible.** Las pruebas de detección de COVID-19 pueden ayudarle a obtener un tratamiento eficaz y cuidar a las personas de alto riesgo. Puede tener COVID-19 u otra enfermedad respiratoria contagiosa, incluso si la prueba casera arroja un resultado negativo.

**¿Tiene un riesgo alto de enfermarse gravemente a causa del COVID-19 o de la influenza?** Póngase en contacto de inmediato con su proveedor de atención médica para determinar si puede recibir tratamiento, incluso si los síntomas que presenta son leves.



[Tratamiento contra el COVID-19](#)



[Personas con mayor riesgo de complicaciones de gripe](#)

## 2 Al retomar sus actividades normales, use una mascarilla y tome precauciones durante los 5 días siguientes, tales como los que se indican a continuación:



Mejorar el flujo de aire y la filtración.



Lavarse las manos regularmente con agua y jabón.



Mantener el distanciamiento físico.



Limpiar con frecuencia.



Realizar pruebas antes de estar con otras personas en espacios cerrados.



**Si la prueba de detección de COVID-19 arroja un resultado positivo pero no presenta síntomas,** debe usar una mascarilla y tomar precauciones adicionales durante 5 días.

## Los síntomas de un virus respiratorio pueden incluir lo siguiente:

Tos  
Fiebre  
Escalofríos  
Dolor de cabeza  
Dolor de garganta  
Congestión o goteo nasal  
Estornudos  
Molestias en el pecho  
Disminución del apetito  
Vómitos  
Diarrea  
Cansancio  
Dolor de cuerpo o muscular  
Pérdida reciente del gusto u olfato  
Debilidad  
Respiración sibilante

Si tiene alguna pregunta sobre su enfermedad o le preocupan sus síntomas, comuníquese con su proveedor de atención médica.

## Considere mantener distancia de aquellas personas que tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente de COVID-19 (como los adultos mayores y las personas con sistemas inmunitarios debilitados) hasta que suceda lo siguiente:

- que hayan pasado 10 días desde el inicio de la enfermedad; o
- hasta que la prueba de detección de COVID-19 arroje un resultado negativo con una prueba de antígenos (como una prueba casera).

Si durante este periodo debe pasar tiempo cerca de una persona con mayor riesgo de enfermarse gravemente, use una mascarilla.



[Conozca más acerca de qué se debe hacer en caso de contraer COVID-19 u otro virus respiratorio.](#)



[Factores de riesgo graves de COVID-19](#)