



# COVID-19: de la exposición a sentirse mejor



## Si estuvo expuesto a la COVID-19...




1. Quédese en casa.
2. Esté atento a los síntomas.
  - Fiebre
  - Tos
  - Dificultad para respirar
  - Escalofríos
  - Dolor muscular
  - Dolor de cabeza
  - Dolor de garganta
  - Pérdida del gusto u olfato




Los síntomas aparecen entre **2 y 14 días** después de la exposición.




## Si tiene COVID-19 o síntomas de esta enfermedad...



1. Quédese en casa.




2. No vaya a trabajar ni visite a otras personas fuera de su casa.

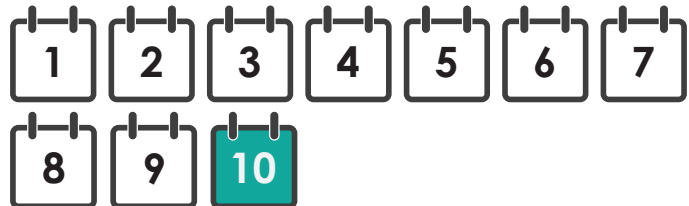


3. Llame al médico si tiene síntomas, especialmente si es mayor de 65 años, tiene otras afecciones o está embarazada.

### Quédese aislado hasta...

1. **24 horas** después de que la fiebre haya desaparecido sin usar medicamentos.
- 
2. **Que los demás síntomas hayan mejorado** (por ejemplo, la tos y la dificultad para respirar).

- Y
3. **Diez días** después de la aparición de los síntomas.



### ¿Cuánto tiempo debo permanecer en casa? (Complete los espacios en blanco).

Fecha en que comencé a sentirme mal:	Fecha diez días después:	Fecha en que desapareció la fiebre:	Fecha después de 24 horas:	Fecha en que mejoraron mis otros síntomas:	Marque con un círculo la fecha más tardía. Quédese en casa hasta el:
<b>EJEMPLO</b> 10 de abril	<b>EJEMPLO</b> 20 de abril	<b>EJEMPLO</b> 15 de abril	<b>EJEMPLO</b> 16 de abril	<b>EJEMPLO</b> 21 de abril	<b>EJEMPLO</b> 21 de abril



DOH 820-089 Updated July 2020 Spanish  
 Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 (servicio telefónico de Washington para personas con problemas de audición y del habla) o enviar un correo electrónico a [civil.rights@doh.wa.gov](mailto:civil.rights@doh.wa.gov).

Para obtener más información, visite [DOH.WA.GOV/Coronavirus](https://DOH.WA.GOV/Coronavirus) o [Coronavirus.wa.gov](https://Coronavirus.wa.gov), llame al 1-800-525-0127 y presione numeral (#) para obtener servicios de interpretación o envíe un mensaje de texto con la palabra "Coronavirus" al 211211.