

# CORONAVIRUS (COVID-19)



DELAWARE HEALTH  
AND SOCIAL SERVICES  
Division of Public Health

## CUARENTENA • AISLAMIENTO?

Fuente del contenido:  
Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades

### CUARENTENA

Separa y restringe los movimientos de las personas que posiblemente fueron expuestas al coronavirus (COVID -19) para averiguar si esas personas se enferman. Las personas que hacen cuarentena por su cuenta no tienen síntomas.

Otras personas viviendo en la misma residencia, que no están en cuarentena, pueden ir a trabajar, ir al mercado, recoger remedios de la farmacia y monitorear personas en cuarentena. Ellos también tienen que desinfectar todos los lugares que son usados por todos en la casa, lavar la ropa y lavar sus manos con frecuencia.

#### Personas que están en cuarentena se les recomienda:

- Quedarse en cuarentena por 14 días, el presunto período de incubación del virus.
- Abstenerse de trabajar, ir de compras, comer fuera de la casa, ir a la iglesia o hacer otras actividades fuera de la casa.
- No tener visitantes y mantener 6 pies de distancia de los miembros de la familia.
- Chequear o monitorear su salud y llamar a su médico si desarrolla síntomas del virus.
- Quedarse en casa a menos que necesite ir al médico o servicios de emergencia. En ese caso, llame por avanzado a su proveedor de salud para alertarlos de su condición.

### AISLAMIENTO

Separa personas quien tienen COVID-19 de las personas que no están enfermas. Personas en aislamiento son un peligro a sus familias y a visitantes. Su salud tiene que estar monitoreada cuidadosamente en caso de que se deteriore.



#### Las personas en aislamiento tienen que:

- Quedarse en un cuarto separado de otras personas que viven en la casa.
- Usar un baño separado del resto de la familia.
- No tener visitantes y mantener 6 pies de distancia de los miembros de la familia.
- Toser o estornudar en un pañuelo desechable y tirar el pañuelo enseguida en el bote de basura con cobertura de bolsa de plástico.
- Lavarse las manos inmediatamente con jabón y agua por lo menos por 20 segundos.
- Lavarse las manos con frecuencia, incluso si no ha tosido o estornudado.
- No tocarse sus ojos, nariz y boca si no se ha lavado sus manos.
- No compartir platos, tazas, utensilios, toallas o ropa de cama con nadie; lave estas cosas después de usarlos.
- Desinfectar lugares comunes como mostradores, escritorios, teléfonos, teclados, controles remotos y otras cosas que están usados con frecuencia.
- No tomar autobuses, taxis, o viajes compartidos en Lyft o Uber.
- Usar una máscara si tiene que estar cerca de otras personas en su casa, o en su auto cuando tenga que ir a ver a su médico (no se olvide de llamar antes de ir a verlo). Si no tiene una máscara, usar una bufanda o pañuelo.

### ¿Preguntas?

Por más información, llame al 2-1-1. Las personas sordas o con problemas auditivos pueden enviar un mensaje de texto con su código postal al 898-211 o envíe un correo electrónico a [DPHcall@delaware.gov](mailto:DPHcall@delaware.gov).