ME HE REALIZADO LA PRUEBA DE COVID-19.

¿Y ahora qué?

NYC Health

SI EL RESULTADO ES NEGATIVO

Si **no tiene** ningún síntoma de COVID-19, no es necesario que se aparte de las personas de su núcleo familiar y puede ir a trabajar, a menos que sea un contacto cercano de alguien con COVID-19. Sin embargo, es importante que siga tomando las precauciones de rutina, como lavarse las manos a menudo con agua y jabón, usar una cobertura facial al salir de casa y mantener una distancia de al menos 6 pies con los demás tanto como sea posible. Si es un contacto cercano de alguien con COVID-19, debe permanecer en su casa por 14 días a partir de la fecha de la última exposición y estar pendiente si aparecen síntomas.

Si **tiene** síntomas de COVID-19 aunque el resultado de la prueba haya dado negativo, quédese en su casa por **24 horas**, como mínimo, después de que haya desaparecido la fiebre sin tomar medicamentos para reducir la fiebre y los síntomas hayan comenzado a mejorar. Si los síntomas se agravan o no mejoran, llame a su proveedor de atención de salud para hablar sobre cuál podría ser la causa de su malestar o saber si debe hacerse otra prueba de COVID-19. Si necesita un proveedor de atención de salud, llame al 844-692-4692 o al **311**. La atención médica está disponible independientemente del estado migratorio y de la capacidad de pago de las personas.

SI EL RESULTADO DE LA PRUEBA ES POSITIVO, AÍSLESE DE INMEDIATO

Apártese de los demás para evitar contagiarlos. Para aislarse de forma segura, quédese en su propia habitación sin ninguna otra persona y, de ser posible, use otro baño. Use una cobertura facial si debe estar con alguien y permanezca a 6 pies de distancia, como mínimo. Si no puede aislarse de manera segura en su hogar, llame al 844-692-4692 para solicitar una habitación de hotel gratuita.

No es necesario hacerse otra prueba dentro de los 90 días después de haber obtenido resultados positivos.

Debe permanecer aislado hasta que suceda todo lo siguiente:

1. Hasta que hayan transcurrido **al menos 10 días**:
   a. Desde que comenzó a sentirse mal, **o**
   b. Desde la fecha en la que se hizo la prueba (si no se ha sentido mal).
2. Hasta que no haya tenido fiebre por al menos **24 horas sin** tomar analgésicos o medicamentos para reducir la fiebre (como Advil, Motrin, Tylenol o aspirina).
3. Hasta que la enfermedad en general haya mejorado.

Si comienza a tener dificultad para respirar, dolor persistente o presión en el pecho, confusión, incapacidad para mantenerse despierto, cara o labios azulados, o cualquier otro problema que sea una emergencia, llame al 911.

HABLE CON SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN DE SALUD

Llame a su proveedor de atención de salud para informarle que el resultado de la prueba de COVID-19 ha sido positivo. Si usted es un adulto mayor o tiene una afección subyacente, es posible que el proveedor le proporcione más instrucciones por su seguridad y para continuar con su atención.

Si necesita un proveedor de atención de salud,, llame al 844-692-4692 o al **311**. Se ofrece atención de salud sin importar el estado migratorio o la capacidad de pago.

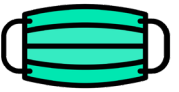
CÓMO PREPARARSE PARA LA LLAMADA DE PRUEBAS Y RASTREO DE NYC

Si el resultado de la prueba de COVID-19 ha sido positivo, un rastreador de contactos capacitado de Pruebas y Rastreo de NYC (NYC Test & Trace) lo llamará para ayudarlo a mantenerse seguro. Según la empresa de telefonía que tenga, el identificador de llamadas puede indicar "COVID" o "NYC Test + Trace", o el número puede comenzar con "212-540-" o "212-240-."

El rastreador de contactos:

- Lo ayudará a aislarse de manera segura para no propagar la COVID-19 a otros.
- Lo ayudará con cualquier tipo de apoyo que necesite, por ejemplo, atención médica, alimentos o un lugar gratuito para quedarse.
- Le preguntará el nombre y la información de contacto de las personas con las que haya tenido contacto cercano recientemente y que puedan haber estado expuestas a la COVID-19.
- Llamará a sus contactos cercanos para informarles que podrían haber estado expuestos a la COVID-19 y que deben hacerse la prueba. Nunca se divulgará su nombre, y se mantendrá la confidencialidad.

Por favor, responda las preguntas del rastreador de contactos con honestidad: los rastreadores están para ayudarlo y para preservar la seguridad de los demás. Es posible que el rastreador de contactos lo visite en su hogar si no puede comunicarse por teléfono. Tendrá una identificación para demostrar que es un rastreador de contactos. Visite **TestandTrace.NYC** para obtener más información.



CÓMO PREPARARSE PARA LA LLAMADA

PASO 1. Piense cuándo podría haber expuesto a otras personas a la COVID-19

Anote estas fechas para que el rastreador de contactos pueda ayudar a comunicarse con las personas que podrían haber estado expuestas.

(a) Trate de recordar la fecha en la que comenzó a sentirse mal.

Fecha en **la que comenzó a sentirse mal.**

o

Fecha en la que se hizo la prueba en COVID Express si no se había sentido mal.

_____/_____/_____

(b) Ahora, escriba la fecha **correspondiente a dos días antes de esa fecha**.

_____/_____/_____

(c) Luego, escriba la fecha en la que comenzó a **aislarse de los demás**.

_____/_____/_____

Los días que se encuentran entre las fechas (b) y (c) inclusive son aquellos en los que otras personas podrían haber estado expuestas a la COVID-19.

PASO 2. Haga una lista de las personas con quienes haya tenido contacto cercano.

Incluya en la lista a todos aquellos con quienes haya pasado tiempo entre las fechas (b) y (c) inclusive.

Esto incluye a las siguientes personas:

- Personas con las que vive
- Personas con las que haya tenido intimidad física o sexual
- Personas que hayan prestado servicios en su hogar si estuvieron a 6 pies o menos de distancia de usted por 10 minutos, como mínimo
- Personas con las que trabaja si estuvieron a 6 pies o menos de distancia de usted por 10 minutos, como mínimo
- Otras personas con las que haya estado a 6 pies o menos de distancia por 10 minutos, como mínimo

Si el resultado de la prueba es positivo y si se siente cómodo haciéndolo, puede decirles de inmediato a las personas que haya incluido en esta lista que deben hacerse una prueba de COVID-19 y comenzar a aislarse de los demás. Un rastreador de contactos se comunicará con cada persona para ayudarlas a hacerse la prueba y recibir la atención que necesiten. El rastreador de contactos nunca mencionará su nombre ni preguntará por el estado migratorio. Toda la información obtenida por el rastreador de contactos se almacenará de forma segura y se preservará su confidencialidad.

Los resultados de la mayoría de las pruebas están disponibles el mismo día de la visita a **COVID Express**. Regístrese en MyChart (**epicmychart.nychhc.org/MyChart**) para recibir los resultados a través del portal para pacientes en tiempo real. Si no puede acceder al portal para pacientes, puede regresar a la clínica dos o tres días hábiles después de la prueba para recoger una copia impresa con los resultados.

QUÉ DEBE HACER MIENTRAS ESPERA LOS RESULTADOS DE LA PRUEBA

Mientras espera los resultados (e incluso después de recibirlos), debe seguir haciendo lo siguiente:

- **QUÉDESE EN CASA SI ESTÁ ENFERMO:** Si tiene síntomas, quédese en casa tanto como sea posible y evite el contacto con otras personas, en particular, con aquellas cuyo riesgo de tener COVID-19 grave sea mayor (esto incluye a las personas de 65 años de edad en adelante y a cualquier persona que tenga ciertas afecciones subyacentes).
- **MANTENGA LA DISTANCIA FÍSICA:** Permanezca a 6 pies de distancia, como mínimo, de las personas que no formen parte de su núcleo familiar.
- **USE UNA COBERTURA FACIAL:** Proteja a las personas a su alrededor. El uso de coberturas faciales ayuda a reducir la propagación de COVID-19, lo cual es particularmente importante si usted está infectado y no tiene síntomas.
- **MANTENGA BUENAS PRÁCTICAS DE HIGIENE DE MANOS:** Lávese las manos a menudo con agua y jabón, o use un desinfectante de manos a base de alcohol si no tiene agua y jabón a su disposición; limpie con regularidad las superficies de contacto frecuente; no se toque la cara sin antes lavarse las manos y cúbrase la boca al toser o estornudar con un pañuelo de papel o con la manga, no con las manos.

PREPÁRESE PARA RECIBIR LA LLAMADA DE UN RASTREADOR DE CONTACTOS ESCRIBIENDO LA INFORMACIÓN DE SUS CONTACTOS:

Nombre de la persona	
Dirección	
Número de teléfono	
Fecha del último encuentro	

Nombre de la persona	
Dirección	
Número de teléfono	
Fecha del último encuentro	

Nombre de la persona	
Dirección	
Número de teléfono	
Fecha del último encuentro	

Nombre de la persona	
Dirección	
Número de teléfono	
Fecha del último encuentro	

Nombre de la persona	
Dirección	
Número de teléfono	
Fecha del último encuentro	

Nombre de la persona	
Dirección	
Número de teléfono	
Fecha del último encuentro	

Nombre de la persona	
Dirección	
Número de teléfono	
Fecha del último encuentro	

Nombre de la persona	
Dirección	
Número de teléfono	
Fecha del último encuentro	

El Departamento de Salud de NYC podría modificar las recomendaciones a medida que la situación evoluciona.

NYC Health