

El alta para ir a casa con posible coronavirus (COVID-19)

ES POSIBLE que tenga un virus llamado COVID-19, también conocido como nuevo coronavirus. Los síntomas pueden incluir:

- dolores musculares
- estornudos
- fiebre o escalofríos
- dolor de garganta
- dolor de cabeza
- vómito
- goteo nasal
- diarrea
- tos
- pérdida del gusto o del olfato

Le haremos una prueba para detectar el virus COVID-19. Se llama prueba de ácido nucleico del SARS-CoV-2. Debido a la alta demanda, puede que tome una semana antes de que su resultado aparezca en su cuenta de My Health at Vanderbilt. Deberá suponer que tiene el virus mientras no se le haya confirmado que no lo tiene.

Si todavía no tiene una cuenta de My Health at Vanderbilt, puede crear una y activarla de inmediato registrándose en <https://www.myhealthatvanderbilt.com>.

No llame para pedir el resultado de su prueba. Para su mayor comodidad, My Health at Vanderbilt es una mejor opción para ver su resultado.

Mientras espera su resultado, puede empezar a tratar sus síntomas en su casa:

- **Manténgase lo más aislado posible de otras personas.**
- Beba mucho líquido y tome medicamentos de venta libre para el resfrío y la gripe según las indicaciones de su proveedor.

Si el resultado de su prueba es “no detectado” (negativo), significa que NO encontramos indicios de que tenga COVID-19. Puede retomar sus actividades habituales una vez que se sienta mejor y haya estado sin fiebre por al menos 24 horas.

Si el resultado de su prueba es “detectado” (positivo), significa que **ENCONTRAMOS** el virus COVID-19. Usted debe:

- Aislarse de los demás. (Siga las directrices siguientes).
- Continuar bebiendo mucho líquido y tomando medicamentos de venta libre para el resfrío y la gripe.

Deberá continuar aislándose hasta que se cumpla **TODO** lo siguiente:

- por al menos 10 días desde el inicio de sus síntomas
- hasta que pase al menos 3 días sin fiebre sin tomar medicinas que puedan reducirla
- Y que sus síntomas hayan mejorado (por ejemplo, un alivio de la tos).

Mientras esté en su casa, es importante que preste atención al empeoramiento de los síntomas.

Llame al 911 o vaya a la sala de emergencias más cercana si:

- tiene problemas para respirar o si le falta el aliento al punto de no poder terminar una frase sin detenerse para respirar
- se siente tan débil que no puede caminar hasta el baño o no puede cuidar de sí mismo
- está confundido
- tiene la presión baja.

Si se siente peor, pero sus síntomas no son tan graves como estos, llame al consultorio de su proveedor. Si no puede comunicarse con un proveedor de salud, llame a nuestra línea directa de COVID-19 al 888-312-0847.

Para proteger a los trabajadores de salud y prevenir la propagación de la enfermedad, informe a su equipo de salud que es posible que tenga COVID-19 cuando pida ayuda médica.

Siga estas directrices para mantenerse aislado y proteger a los demás:

Quédese en su casa, a menos que necesite atención médica.

No vaya al trabajo, a la escuela ni a espacios públicos y evite usar el transporte público (autobuses, transportes compartidos o taxis) hasta que ya no necesite aislarse (vea las indicaciones anteriores).

Lave frecuentemente sus manos.

Si ve que tiene las manos sucias, láveselas con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no, puede usar desinfectante para manos que tenga entre 60 y 95 % de alcohol. Frótelo hasta cubrir toda la superficie de las manos y déjelo secar.

Limpie frecuentemente las superficies que toque.

Limpie superficies de trabajo, mesas, picaportes, llaves y barras del baño, teléfonos, teclados y otras cosas que toque mucho. Además, limpie todas las superficies que puedan tener su sangre, sus heces o sus líquidos corporales.

Desinfecte con aerosol doméstico o paños desinfectantes siguiendo las instrucciones para su uso seguro.

Lave su ropa cuidadosamente, especialmente la que pueda tener su sangre, sus heces o sus líquidos corporales. Séquela a la temperatura más alta recomendada.

Cúbrase la cara al toser o estornudar.

Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo o con la parte interior del codo y brazo cuando tosa o estornude. Arroje los pañuelos desechables en un bote de basura cuyo interior esté revestido con una bolsa de plástico. Lávese las manos de inmediato.

Manténgase separado de otras personas en su casa.

Duerma en otra habitación y use un baño distinto, si es posible. No reciba visitas, a menos que tengan que entrar. Además, evite el contacto con mascotas u otros animales. Esto puede contagiar el virus a otras personas.

No comparta utensilios domésticos.

Evite compartir platos, vasos, cubiertos, toallas o ropa de cama con otras personas. Si usa estos objetos, lávelos cuidadosamente con agua y jabón.

Use una mascarilla cuando esté con otras personas.

Si no puede usar una mascarilla (cubre bocas), no debe haber otras personas en la misma habitación que usted o deben usar una mascarilla si entran a su habitación.

Si necesita ayuda médica, dígame a su proveedor que es posible que usted tenga COVID-19 antes de ir a buscar ayuda. Y póngase una mascarilla antes de entrar a las instalaciones. Esto ayudará a prevenir que otras personas sean expuestas o infectadas.

Si tiene una emergencia médica, llame al operador del 911 y dígame que es posible que usted tenga COVID-19. Si puede, póngase una mascarilla antes de que llegue el equipo de servicios médicos de emergencia.