



Si le hicieron la prueba del COVID-19, siga los siguientes pasos que le ayudaran a cuidar su salud y a evitar contagiar a otros con el COVID-19:

Comuníquese Con el Departamento de Salud

- El Departamento de Salud lo llamara para entregarle sus resultados lo antes posible. Puede ser una semana o más, dependiendo de la cantidad de personas que estén esperando resultados.
- Si sus resultados son negativos (o "no detectados") y el COVID-19 todavía está circulando en su comunidad, continúe reduciendo su riesgo de contagiarse haciendo lo siguiente:
 - Practique el distanciamiento social, 6 pies o 2 metros de distancia con otras personas
 - Lávese las manos continuamente
 - Evite salidas no esenciales

Aíslese de los Demás

- Mientras espera los resultados, es muy importante que se mantenga aislado en su casa.
- Quédese en una habitación todo el tiempo, lejos de otras personas. Use un baño separado, si está disponible. Los miembros de la casa pueden considerar quedarse en un lugar separado de usted, si hay la posibilidad. Esto ayudaría a disminuir el riesgo de contagio.
- Siempre que sea posible, pídale a sus amigos o familiares que le traigan alimentos o lo que necesita.
- Si debe salir de casa, como a una cita médica, use una máscara quirúrgica si la tiene.

Este Pendiente de su Salud

- No existe un tratamiento específico para COVID-19.
- Descanse lo suficiente, manténgase hidratado y si es necesario, tome medicamentos para reducir la fiebre.

Como Organizarse para su Cuidado

- Si sus síntomas empeoran y necesita buscar atención médica, llame con anticipación y dígame a su doctor que le han hecho la prueba de COVID-19. Esto ayudará a que su doctor tome medidas para evitar que otras personas se contagien o se expongan.

Mantenga Hábitos Saludables

- Cuando tosa o estornude cúbrase la boca con su codo o un pañuelo desechable.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante mas de 20 segundos, o use un desinfectante para manos a base de alcohol si no hay agua y jabón.
- Limpie y desinfecte objetos y superficies en su casa y área de trabajo constantemente, incluyendo su teléfono.

Aprenda más Acerca del COVID-19

- En línea: www.tn.gov/health/cedep/ncov o www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov
- En línea: www.tn.gov/content/dam/tn/health/documents/cedep/novel-coronavirus/What-to-Expect-After-Diagnosis-Guidance-Spanish.pdf
- En línea: www.tn.gov/content/dam/tn/health/documents/cedep/novel-coronavirus/What-to-Expect-If-Exposed-Spanish.pdf