



Departamento de Salud Pública
www.fcdph.org

Enfermedad Respiratoria Febril Aislamiento del paciente / Informes de cuarentena

Estimado Paciente,

Usted ha sido evaluado/a para la infección COVID-19. **Se le ordena aislar / poner en cuarentena.** Esta es una orden legal conforme a la Orden del Oficial de Salud del Condado de Fresno anunciada el 14 de abril de 2020. Esta hoja de información proporciona instrucciones. Utilice las instrucciones que su proveedor médico ha verificado. (**Proveedor médico:** compruebe el pedido para aislamiento o cuarentena).

_____ ORDEN DE **AISLAMIENTO** POR 10 DÍAS (MÍNIMO) Y 3 días después de recuperación.

Si tiene COVID-19 confirmado por una prueba de laboratorio o tiene síntomas de COVID-19 confirmado por un proveedor médico, DEBE aislarse durante al menos 10 días. Eso significa que debe hacer lo siguiente:

1. Quédese en casa en todo momento a menos que necesite hacer mandados esenciales
2. Lávese las manos y limpie sus artículos personales con agua y jabón
3. Quédese en su propia habitación y use su propio baño (si es posible)
4. Cúbrase la cara si comparte habitación con parientes
5. Use una mascarilla para la cara cuando necesite estar en público

Debe hacer esto hasta que hayan pasado 10 días desde que tuvo síntomas y tres días después de que se sienta mejor, eso significa que no tiene síntomas, durante tres días.

_____ ORDEN DE **CUARENTENA** AUTOMÁTICA POR 14 DÍAS MÍNIMO debido a CONTACTO CERCANO

Si tuvo contacto cercano con una persona que fue confirmada que tenía COVID-19, debe ponerse en cuarentena por 14 días. Eso significa que debe hacer lo siguiente:

1. Quédese en casa en todo momento a menos que necesite hacer mandados esenciales
2. Lávese las manos y limpie sus artículos personales con agua y jabón
3. Quédese en su propia habitación y use su propio baño (si es posible)
4. Cúbrase la cara si comparte habitación con parientes
5. Use una mascarilla para la cara cuando necesite estar en público
6. Tómese la temperatura y controle si tiene tos, dolor de garganta, fiebre, escalofríos, diarrea o dolores corporales. Estos son signos de COVID-19 y es posible que deba hacerse una prueba en ese momento. Consulte con su proveedor o llame al Departamento de Salud Pública del Condado de Fresno para coordinar una prueba si se enferma

Debe hacer esto por 14 días desde la fecha del contacto con la persona infectada con COVID-19.

SU ÚLTIMO DÍA DE CUARENTENA ES: _____.

Uso para proveedores médicos:

MEDICAL PROVIDER: Please COMPLETE the rest of this form. Fax (559) 600-7607 OR use our online portal:

https://is.gd/COVID19_reporting

Patient NAME: _____ MRN: _____ DATE OF SERVICE: _____

Patient DOB: _____ Was COVID Testing done? _____ Y / N Was COVID suspected? _____ Y / N

PHONE: (make sure it is current and it works!) _____ Can patient use text messages? _____ Y / N

BACK-UP TELEPHONE (EMERGENCY CONTACT): _____

Patient Address: _____ City: _____ Zip: _____

Workplace: _____ Work Supervisor Name: _____ Work Sup. Phone: _____

If patient lives in or is discharged to a congregate setting, provide the name/ location: _____

If patient went to gatherings/ businesses in past 14 weeks, give details including any event organizers or locations:



Enfermedad Respiratoria Febril

Aislamiento del paciente / Informes de cuarentena

PREGUNTAS FRECUENTES SOBRE ORDENES DE AISLAMIENTO Y CUARENTENA DE COVID-19.

1. **¿Qué sucede si empiezo a sentirme enfermo/a y necesito ver a un médico? ¿Cómo sabré qué señales debo observar?**
 - a. Las señales de que se está enfermado incluyen dificultad para respirar, debilidad al caminar, diarrea o vómitos intensos, labios y puntas de los dedos pálidos o azules, o confusión.
 - b. Llame con anticipación. Su médico puede tratar enfermedades por teléfono. Si necesita ir a un departamento de emergencias, asegúrese de que estén listos para recibirlo y díganos su diagnóstico de COVID-19.
2. **¿Puedo ir a trabajar?**
 - a. Los pacientes que tienen síntomas de COVID-19 o que han resultado positivos con COVID-19 no pueden trabajar hasta que el departamento de salud lo autorice. Llame al (559) 600-3332 si tiene preguntas. EL DEPARTAMENTO DE SALUD PÚBLICA NO PROPORCIONARÁ CARTAS DE AUTORIZACIÓN PARA REGRESAR AL TRABAJO. SI SU EMPLEADOR NECESITA CONFIRMAR QUE PUEDE REGRESAR A TRABAJAR, PUEDE LLAMAR A ESTE NÚMERO PARA HABLAR CON ALGUIEN.
 - b. Los pacientes en cuarentena NO DEBEN TRABAJAR, INCLUSO SI NO SIENTEN SÍNTOMAS. Sin embargo, en algunas profesiones esenciales se les puede permitir regresar al trabajo DEBIDO A LAS FUNCIONES ESENCIALES QUE PROPORCIONAN. Si el empleado tiene que trabajar durante su período de cuarentena, debe hacerlo con monitoreo adicional y controles de temperatura. Si se enferman, deben dejar de trabajar de inmediato y hacerse una prueba de COVID-19.
3. **¿Puedo estar afuera al aire libre mientras estoy en cuarentena o aislamiento?**
 - a. Si se siente enfermo/a, cuide de sí mismo. Descanse y tome mucho líquido e intente permanecer en su habitación cuando sea posible. Eso lo ayudará a mejorar más rápido y evitará que propague la infección a su familia, amigos, compañeros de trabajo y vecinos.
 - b. Puede salir a caminar, correr o hacer ejercicio solo/a. La cuarentena evite que otras personas se infecten, especialmente las personas vulnerables en su hogar y comunidad. Probablemente no le harán la prueba a menos que usted desarrolle síntomas.
4. **¿Qué significa "contacto cercano"?**

Un contacto cercano es cualquier persona que haya tenido más de 15 minutos de contacto cara a cara (a menos de 6 pies de distancia) en contacto con un caso sospechoso o confirmado en cualquier entorno.
5. **¿Puedo participar en reuniones como fiestas familiares, reuniones mientras se cónica en la parrilla funerales o celebraciones mientras estoy en cuarentena o en aislamiento?**
 - a. NO, esto es extremadamente peligroso debido a su enfermedad contagiosa. Incluso si no se siente enfermo/a o siente que está mejorando, aún puede transmitir el virus a otras personas.

RECUERDE: COVID-19 se propaga de personas infectadas a otras personas cuando trabajan, viven o comparten momentos sociales juntos. USTED PUEDE AYUDARNOS A DETENER ESTA EPIDEMIA. ¡QUÉDESE EN CASA, MANTÉNGASE Y A LOS QUE AMA SEGURO!

¿QUÉ PASA SI NECESITO MÁS INFORMACIÓN O QUIERO APELAR ESTA ORDEN?

Si tiene alguna pregunta comuníquese con el Departamento de Salud Pública del Condado de Fresno al (559) 600-3200.

La Sección 120275 del Código de Salud y Seguridad de California establece que es un delito menor para cualquier persona, después de la notificación, violar, o rechazar o descuidar el cumplimiento de cualquier regla, orden o regulación prescrita por cualquier oficial de salud para ponerse bajo cuarentena o desinfección de personas. El incumplimiento de una orden legal de aislamiento o cuarentena puede resultar en que la persona sea detenida por el período de aislamiento, junto con una multa o prisión.



Departamento de Salud Pública
www.fcdph.org

QUÉ HACER CUANDO ESTÁ EN CUARENTENA O AISLAMIENTO

Si está en cuarentena o aislamiento debido a COVID-19, siga los siguientes pasos para ayudar a proteger a otras personas en su hogar y su comunidad.

Quédese en casa a menos que necesite atención médica.

No vaya al trabajo, a la escuela o a lugares públicos. Pida a los demás que obtengan lo esencial por usted.

Evite el transporte público.



Sepárese de las personas en su hogar que no están en cuarentena o aislamiento.

Trate de alojarse en una habitación "especial para enfermos" y use un baño separado si está disponible. Limite el contacto con mascotas y animales.



Llame con anticipación antes de visitar a su médico.

Si tiene una necesidad médica, llame a su médico u hospital, dígales que puede tener COVID-19 y siga sus instrucciones.



Use una mascarilla si está enfermo.

Use una mascarilla cuando esté cerca de otras personas en su hogar y antes de entrar en consultorios médicos o hospital.



Cúbrase la tos y estornudos.

Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo de papel al toser o destornudar.

Tire el pañuelo en un bote de basura embolsado. **Lávese las manos** inmediatamente por 20 segundos.



Límpiese las manos con Frecuencia.

Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante 20 segundos o use **desinfectante de manos** a base de alcohol, con al menos 60% de alcohol si no hay agua y jabón disponibles.



Evite compartir artículos personales de hogar.

No comparta platos, vasos para beber, tazas, utensilios para comer, toallas o ropa de cama con otras personas de su hogar que no estén en cuarentena o aislamiento.



Limpie todas las superficies de "alto tacto" todos los días.

Limpie todos los días las superficies de alto tacto en su área como; teléfonos, control remoto, silla de baño, mesas, manillas de puertas, teclados, tabletas y mesas de noche.



Monitoree sus síntomas.

Busque atención médica de inmediato si su enfermedad está empeorando, pero llame primero.

Siga las instrucciones de atención médica de su médico principal y del departamento de salud. El departamento de salud publica le dará instrucciones sobre cómo monitorear sus síntomas y reportar la información.



Siga la orden de cuarentena

El incumplimiento de las instrucciones de cuarentena puede resultar en sanciones civiles o penales.



Si se le presentan síntomas de COVID-19 llame inmediatamente al su médico de atención primaria.

Los síntomas de COVID-19 incluyen:

- Fiebre • Dolor de garganta • Inicio o empeoramiento en la dificultad de respiración • Inicio o empeoramiento de tos
- Consulte a su proveedor médico para cualquier otro síntoma que sea grave o preocupante.
- Llame al 911 si tiene una emergencia médica: Si tiene una emergencia médica y necesita llamar al 911, notifique al operador que tiene o cree que podría tener COVID-19. Si es posible, póngase una mascarilla antes de que llegue la ayuda médica.