

## UNA GUIA PARA DETERMINAR LOS PROXIMOS PASOS TRAS LOS SINTOMAS O LA EXPOSICION AL COVID-19

### ¿Cuáles son los síntomas?

Los estudiantes y el personal con **CUALQUIER** síntoma de alto riesgo de COVID-19 o **DOS O MÁS** síntomas de bajo riesgo de COVID-19 deben permanecer en casa y contactar a su Proveedor de Atención Médica.

#### SINTOMAS DE ALTO RIESGO DE COVID-19



TOS

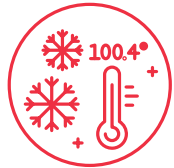


FALTA DE AIRE O DIFICULTAD PARA RESPIRAR



PERDIDA DE SENTIDO DEL GUSTO O EL OLFATO

#### SINTOMAS DE BAJO RIESGO DE COVID-19



FIEBRE O ESCALOFRÍOS



DOLOR DE CABEZA



DOLOR DE CUERPO O DOLOR MUSCULAR



CANSANCIO O FATIGA



DOLOR DE GARGANTA



CONGESTIÓN NASAL O RINORREA O NARIZ QUE MOQUEA



NAUSEA O VÓMITOS



DIARREA

**RECUERDE** Estudiantes con **temperatura igual o mayor a 100.4** debe permanecer siempre en casa hasta que no presente fiebre por 24 horas sin utilizar medicamentos para bajar la fiebre.

#### RECUERDE TODOS JUGAMOS UN PAPEL PARA EVITAR LA PROPAGACION.

1 UTILIZAR MASCARILLA / COBERTOR FACIAL



2 PRACTICAR DISTANCIAMIENTO SOCIAL



3 LAVARSE MANOS CON FRECUENCIA O USAR DESINFECTANTE



#### PREGUNTAS FRECUENTES:

¿Cuál es la diferencia entre cuarentena y aislamiento?

**CUARENTENA** mantiene a una persona que estuvo en contacto cercano con alguien que tiene COVID-19 alejada de todos los demás.

**AISLAMIENTO** mantiene a una persona que está enferma o que dio positivo de COVID-19 y no presenta síntomas aparte de los demás, aun en su propia casa.

¿Qué es considerado un contacto cercano?

**CONTACTO CERCANO** es definido como quien estuvo en una distancia de 6 pies o más cerca de un caso positivo o con sintomático de COVID-19 durante el periodo infeccioso por un periodo de 15 o más minutos.

¿Qué pasa si alguien es expuesto de nuevo?

Basado en la Guía del Departamento de Salud Pública de Iowa, los individuos que salieron positivos a la prueba COVID-19 en las últimas 12 semanas y desde entonces se han recuperado y permanecen sin síntomas no es necesario que permanecen en cuarentena o necesario hacer otra prueba.

Se requerirá documentación o notificación oficial si presentó en las últimas 12 semanas una prueba positiva confirmada de COVID-19.

¿Cómo funciona el rastreo de contactos?

Rastreo de contactos cabe dentro de las responsabilidades de la Asociación de Enfermeras Visitantes de Dubuque, que actúan bajo el auspicio del Departamento de Salud del Condado de Dubuque, así como del Departamento de Salud Pública de Iowa. Los individuos que se ha identificado como contacto cercano dentro del rastreo de contactos deberá permanecer en cuarentena por 14 días.

**En el evento de un caso positivo que este relacionado con el ambiente escolar, el VNA:**

- » Contactar la escuela con la notificación oficial donde se confirme el caso positivo
- » Llame a todos los contactos cercanos identificados / personas potencialmente expuestas
- » Proporcione educación sobre COVID-19 así como de cuarentena y de cómo monitorear síntomas
- » Ayudar a las personas a ver todas por las opciones y oportunidades de las pruebas

**Las escuelas brindaran apoyo en este proceso a:**

- » Identificar, aislar y proveer información de contactos para los individuos que se consideran fueron expuestos
- » Se evitará temporalmente el uso de áreas donde pudo haber estado el caso positivo hasta que esas áreas puedan desinfectarse

Una tabla con información de casos positivos activos estará disponible en el sitio web del distrito en [www.dbqschools.org/covid-dashboard](http://www.dbqschools.org/covid-dashboard).

# ¿Qué debo hacer si yo tengo síntomas?

Siga los pasos que se describen a continuación si tiene síntomas, si le han hecho la prueba, o ha sido expuesto.

## YO TENGO SINTOMAS → QUÉDESE EN CASA Y CONTACTE A SU PROVEEDOR DE ATENCIÓN MÉDICA

### YA ME HICIERON LA PRUEBA → QUÉDESE EN CASA HASTA QUE RECIBA RESULTADO

#### RESULTADO NEGATIVO CON EXPOSICIÓN

(ver la definición de contacto cercano en Preguntas Frecuentes)

##### ESTUDIANTES:

» proporcione los resultados de la prueba a la escuela

##### PERSONAL:

» envíe los resultados de la prueba por correo electrónico a covid@dbqschool.org

#### RESULTADO NEGATIVO SIN EXPOSICIÓN

(ver la definición de contacto cercano en Preguntas Frecuentes)

##### ESTUDIANTES:

» proporcione los resultados de la prueba a la escuela

##### PERSONAL:

» envíe los resultados de la prueba por correo electrónico a covid@dbqschool.org

#### RESULTADO POSITIVO

**AISLARSE durante 10 días calendario después de la aparición de los síntomas O 10 días calendario a partir de la fecha en que dio positiva la prueba si el individuo es asintomático**



##### ESTUDIANTES:

» proporcione los resultados de la prueba a la escuela

##### PERSONAL:

» envíe los resultados de la prueba por correo electrónico a covid@dbqschool.org

» si tuvo contacto cercano con un estudiante o personal, debes dar a conocer la lista de individuos por correo electrónico covid@dbqschools.org

### YO ESTUVE EXPUESTO →

#### CUARENTENA

por 10 días luego de estar expuesto a un caso positivo según la guía del Departamento de Salud Pública de Iowa



##### ESTUDIANTES Y PERSONAL:

» si desarrolla síntomas durante de 10 días, por favor contacte a su proveedor de Atención Médica (también ver a continuación los pasos de YO TENGO SINTOMAS)

**REGRESAR cuando las siguientes condiciones sean verdaderas:**

##### ESTUDIANTES Y PERSONAL:

» 10 días desde la última exposición a un caso positivo

NOTA: Si una persona recibe una prueba de COVID-19 negativa administrada el día 5 de su cuarentena o más tarde y permanece sin síntomas, puede regresar al trabajo o la escuela el día 8, con la documentación apropiada.

**REGRESAR después que AMBAS de las condiciones sean verdaderas:**

##### ESTUDIANTES Y PERSONAL:

» libre de fiebre por un periodo 24 horas (un día completo) sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre  
» síntomas han mejorado

**REGRESAR después que TODAS de las tres siguientes condiciones sea verdaderas:**

##### ESTUDIANTES Y PERSONAL:

» libre de fiebre por un periodo 24 horas (un día completo) sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre  
» síntomas han mejorado O continúa sin tener síntomas si es asintomático  
» 10 días desde que apareció el primer síntoma O 10 días calendario a partir de la fecha en que dio positiva la prueba si el individuo es asintomático

**DIAGNOSTICO ALTERNATIVO** por un proveedor licenciado para atención médica

##### ESTUDIANTES:

» proporcione a la escuela un diagnóstico alternativo al del proveedor de atención médica

##### PERSONAL:

» seguir los procedimientos normales de cuando usted se ausenta por una enfermedad

**NO EVALUACIÓN** por un proveedor licenciado para atención médica

**AISLARSE durante 10 días calendario después de la aparición de los síntomas**



##### ESTUDIANTES:

» notificar a la escuela la razón de su ausencia

» el distrito recomienda ver a un proveedor de servicios de salud para obtener un diagnóstico médico

##### PERSONAL:

» seguir los procedimientos normales de cuando usted se ausenta por una enfermedad

**REGRESAR después que AMBAS de las condiciones sean verdaderas:**

##### ESTUDIANTES Y PERSONAL:

» libre de fiebre por un periodo 24 horas (un día completo) sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre  
» síntomas han mejorado

**REGRESAR después que TODAS de las tres siguientes condiciones sea verdaderas:**

##### ESTUDIANTES Y PERSONAL:

» libre de fiebre por un periodo 24 horas (un día completo) sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre  
» síntomas han mejorado  
» 10 días desde que apareció el primer síntoma