

# COVID-19 EXPUESTO

## AL-DÍA CON TU VACUNA Y DOSIS DE REFUERZO

### ORIENTACIÓN PARA EL PÚBLICO EN GENERAL

Si estás al día, si has recibido la dosis de refuerzo o si has completado la primera serie (ambas dosis) de la vacuna Moderna o Pfizer en los últimos 5 meses o has completado en los 2 últimos meses la primera serie (única dosis) de la vacuna J&J.

#### MONITOREA POR SÍNTOMAS DE COVID-19

- Fiebre o escalofríos
- Tos
- Falta de aire o dificultad para respirar
- Cansancio
- Dolor muscular o corporal
- Dolor de cabeza
- Nueva pérdida del gusto o del olfato
- Dolor de garganta
- Congestión o secreción nasal
- Náuseas o vómitos
- Diarrea

#### PROTEJE A LOS DEMÁS

#### UTILIZA UNA MASCARILLA ALREDEDOR DE LOS DEMÁS DURANTE 10 DÍAS

Especialmente si vives con alguien que no está vacunado o tiene un riesgo alto de una enfermedad grave.

#### Si comienzas a tener síntomas de COVID-19.

Hazte la prueba y quédate en casa.

\*Consulte la "Guía de Aislamiento"

## QUE HACER: MONITOREAR SÍNTOMAS, MASCARILLA Y PRUEBA

Día 0

Día 1

Día 2

Día 3

Día 4



Si has estado a menos de 6 pies de alguien con COVID-19 por un total 15 minutos o más, en cualquier día que pudo haber estado contagioso, usted debe **monitorear** y usar **maskarilla** por lo menos 10 días, y hazte la **prueba** si es posible.

El día cero "0" es el día en que se expuso.

Día 5

**Hazte la prueba, si es posible en o después del día 5.**

Día 6

**Sí la prueba es positiva:** Comienza la guía de aislamiento\*. (Quédate en casa por al menos 5 días, usa mascarilla, y dile a tus contactos cercanos, mascarilla y prueba).

Día 7

**Sí la prueba es negativa:** Reanuda tus actividades normales y continúa usando mascarilla alrededor de otras personas, hasta el día 10.

Día 8

Día 9

Día 10

**Último día de usar mascarilla alrededor de los demás.**

Guía de aislamiento y recursos adicionales en:  
[www.netracing.org](http://www.netracing.org)