



Washoe County School District

Every Child, By Name And Face, To Graduation<sup>SM</sup>

# Herramienta para la autoevaluación diaria del COVID-19

**¿Ha tenido usted** (miembro del personal o estudiante) **algún síntoma o síntomas inusuales<sup>1</sup> en las últimas 24 horas?**

**1 Uno (1) o más de los siguientes síntomas:**

- Fiebre (temperatura  $\geq 100.4^{\circ}$  F en reposo)
- Síntomas respiratorios<sup>1</sup> (tos, falta de respiración y / o dificultad para respirar)
- Nueva pérdida de olfato o gusto

O

**2 Dos (2) o más de los siguientes síntomas<sup>1</sup>:**

- Escalofríos
- Sensación de frío y escalofríos
- Dolores o molestias musculares
- Dolor de cabeza
- Vómitos (si este es el único síntoma, exclusión de 48 horas<sup>2</sup>.)
- Diarrea (si este es el único síntoma, exclusión de 48 horas<sup>2</sup>.)
- Dolor de garganta
- Fatiga
- Congestión nasal
- Náusea

<sup>1</sup> Los síntomas nuevos / inusuales son diferentes a los síntomas de problemas de salud continuos, como asma, alergias o EPOC.

<sup>2</sup> Exclusión de 48 horas: quedarse en casa durante 48 horas después de vomitar y la diarrea ha cesado sin el uso de medicamentos.

**Alguien de su hogar ha sido diagnosticado con COVID-19?**

- 1** Diagnosticado con PRUEBA POSITIVA
- 2** Diagnosticado por un proveedor de atención médica (SIN PRUEBA)

**¿Has estado en estrecho contacto** (dentro de los 6 pies durante más de 15 minutos) **con una persona diagnosticada con COVID-19 mientras la persona era contagiosa** (48 horas antes de que comiencen los síntomas hasta la recuperación)?

**Si responde NO a las 3 preguntas sobre síntomas y exposición:**

- ▶ Vaya a la escuela / trabajo, observando las pautas de distanciamiento físico y cubrirse la cara.
- ▶ Continúe controlando su salud. Si comienza a sentirse mal o se le notifica de un contacto, use esta herramienta y tome medidas.

**Si responde SÍ a los síntomas 1 o 2, puede tener COVID-19:**

- ▶ **NO** vaya a la escuela / trabajo.
- ▶ **Comuníquese con su escuela / supervisor.**
- ▶ **ESTUDIANTES:** Comuníquese con su proveedor de atención médica o WCHD.
- ▶ **PERSONAL:** Comuníquese con su proveedor de atención médica, WCHD o Enfermera de salud del empleado del WCSD.
- ▶ **Espere al menos 72 horas (3 días)** después de que comiencen los síntomas antes que se le haga la prueba para evitar resultados inexactos.
- ▶ Es posible que tenga COVID-19.  **AISLARSE en casa hasta:**
  - (1) **que se haya RECUPERADO -O-**
  - (2) **su prueba de COVID-19 sea negativa y satisface los criterios de exclusión** por la enfermedad.

**Si responde SÍ, es un contacto del hogar:**

Si puede AISLAR de un paciente CONTAGIOSO, siga Contacto cercano (a continuación).

- ▶ **NO** vaya a la escuela / trabajo.
- ▶ **Comuníquese con su escuela / supervisor.**
- ▶ **Todas las personas de la casa** que no hayan tenido COVID-19, **debe CUARENTENA:**
  - (1) **mientras cualquiera en la casa sea CONTAGIOSO -Y-**
  - (2) **durante 10 días** después de la última persona RECUPERADA.
- ▶ **Si presenta síntomas, AISLE en casa** y consulte "Si responde SÍ a los síntomas" (arriba).

**Si su respuesta es SÍ, es un contacto cercano:**

- ▶ **NO** vaya a la escuela / trabajo.
- ▶ **Comuníquese con su escuela / supervisor.**
- ▶ Debe **CUARENTENA** en casa durante **10 días siguiendo su último contacto cercano** con cualquier paciente COVID-19 CONTAGIOSO.
- ▶ **Si presenta síntomas, AISLE en casa** y consulte "Si responde SÍ a los síntomas" (arriba).

## INFORMACIÓN DEL CONTACTO

Washoe County Health District (WCHD)  
 COVID-19 Hotline: (775) 328-2427  
 Online Assessment: [COVID19Washoe.com](https://COVID19Washoe.com)  
 Washoe County School District (WCSO)  
 Online: [WashoeSchools.net/Reopening](https://WashoeSchools.net/Reopening)

SOLO PARA EL PERSONAL DEL WCSO

Employee Health Nurse: (775) 348-0338

## CONTAGIOSO / INFECCIOSO

- ▶ Una persona con COVID-19 puede contagiar la enfermedad a otros cuando la persona, también llamada paciente, es infecciosa.
- ▶ Para COVID-19, el período infeccioso comienza 2 días antes que los síntomas comiencen y se extienden hasta al menos 10 días después que los síntomas comiencen y los síntomas mejoran (ver RECUPERADO).

## PERIODO DE INCUBACIÓN

- ▶ Los síntomas pueden aparecer en cualquier momento durante los 14 días posteriores a la última exposición a un paciente con COVID-19 contagioso. Esta vez es la periodo de incubación. Es más probable que aparezcan los síntomas en los 10 días siguientes a la exposición al COVID-19.

## AISLAMIENTO

- ▶ Quédesse en casa y lejos de los demás porque tiene COVID-19 o síntomas de COVID-19.

## CONTACTO DEL HOGAR

- ▶ Los contactos del hogar son contactos cercanos cuyo contacto con un paciente CONTAGIOSO está en curso hasta el día siguiente que el paciente CONTAGIOSO se haya RECUPERADO.
- ▶ Si el contacto del hogar puede AISLARSE completamente de el paciente CONTAGIOSO, siga la guía de contacto cercano

## CUARENTENA

- ▶ Quédesse en casa durante al menos los primeros 10 días de la incubación período posterior a la exposición al COVID-19.

## RECUPERADO

- ▶ Una persona se ha recuperado de COVID-19 cuando los tres siguientes condiciones se cumplen:
  - (1) Han pasado 10 días desde que comenzaron los síntomas,
  - (2) sin fiebre, diarrea o vómitos en las últimas 24 horas (sin medicamento para reducir los síntomas), Y
  - (3) otros síntomas están mejorando.