



Si se ha hecho la prueba de COVID-19, siga los pasos a continuación para monitorear su salud y evitar contagiar la enfermedad a otras personas:

Siga las instrucciones proporcionadas cuando se hizo la prueba para obtener los resultados. Algunos proveedores lo llamarán con sus resultados, otros le pedirán que use una aplicación o sitio web para obtener sus resultados.

Monitoree Su Salud Mientras Espera los Resultados

Revise los síntomas comunes de la COVID-19:

- Tos
- Falta de aire o dificultad para respirar
- Fiebre
- Escalofríos
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza
- Dolor de garganta
- Nueva pérdida del gusto u olfato
- Náuseas
- Diarrea

Si desarrolla cualquiera de estos síntomas mientras espera los resultados, **debería quedarse en casa, esté o no completamente vacunado, mientras espera sus resultados.**

- Permanezca en una habitación específica y lejos de otras personas en su hogar en la medida de lo posible. Use un baño separado, si está disponible. Los contactos dentro de la unidad familiar pueden considerar quedarse en otro lugar para disminuir su riesgo de exposición.
- Descanse mucho, manténgase hidratado y, si es necesario, tome medicamentos para reducir la fiebre.
- Si sus síntomas empeoran y necesita una evaluación médica, llame a la clínica u hospital de salud antes de que vaya e informe al proveedor que se ha hecho la prueba de COVID-19. Esto ayudará al consultorio del proveedor de atención médica a tomar medidas para evitar que otras personas se infecten o se expongan.

Si ha tenido contacto cercano con alguien con COVID-19:

- **Y ha recibido la vacuna de refuerzo o se le ha vacunado completamente recientemente** (en los últimos 6 meses) Y no está experimentando síntomas, no tiene que ponerse en cuarentena. Usted debería usar una mascarilla cuando esté en áreas cerradas y cerca de otras personas durante 10 días después de su contacto cercano.
- Si **usted no ha recibido las vacunas, o ha recibido todas las vacunas hace más de 6 meses y no ha recibido una vacuna de refuerzo para la COVID**, usted debería ponerse en cuarentena en casa por 5 días después de que haya estado expuesto. Usted debería usar una mascarilla cuando esté en áreas cerradas y cerca de otras personas durante 10 días después de su contacto cercano.
- Tenemos información adicional disponible en las guías de [Aislamiento y Cuarentena](#) del Departamento de Salud de Tennessee (TDH).

Practique hábitos saludables

- Utilice una mascarilla.
- Cúbrase la boca al toser o estornudar con el codo o con un pañuelo de papel.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos, o use un desinfectante de manos a base de alcohol si no hay agua y jabón disponibles.
- Limpie y desinfecte objetos y superficies con regularidad, incluyendo su teléfono.

Entérese más en línea

- <http://tn.gov/health/cedep/ncov>