

COVID-19



Maneras de Prevenir la Propagación de COVID-19 en el Hogar

Si tiene COVID-19, hay un alto riesgo de que otras personas en su hogar se contagien de usted. Pero hay cosas que puede hacer para reducir la propagación de COVID-19 en su hogar.

Personas con COVID-19

- Aíslese solo en una habitación con la puerta cerrada. No salga de la habitación a menos que sea necesario. Haga que otros dejen comida, bebidas y otros artículos en su puerta.
- Quédese en casa excepto para recibir atención médica. No tenga visitas.
- Use un baño separado, si es posible. Desinfectelo después de cada uso.
- Lávese o desinfecte las manos con frecuencia.
- Use una mascarilla de alta protección cuando esté cerca de otras personas.
- Siga las instrucciones de aislamiento en ph.lacounty.gov/covidaislamiento.



Vivir con alguien con COVID-19

- Permita que entre la mayor cantidad posible de aire fresco en su hogar. Abra las ventanas y use ventiladores para expulsar el aire o use purificadores de aire para ayudar a eliminar las partículas del virus COVID-19.
- Retire los artículos personales de las áreas comunes y evite compartir artículos como platos, tazas, toallas y teléfonos.
- Limpie las superficies de alto contacto con frecuencia.
- Si comparte un baño, abra una ventana o prenda un ventilador y espere 30 minutos después de que la persona con COVID-19 lo use. Use mascarilla protectora si entra antes.
- Siga las instrucciones sobre las pruebas, las mascarillas, el trabajo y la cuarentena en ph.lacounty.gov/covidcontactos.

Use mascarilla de alta protección

- Use una mascarilla que se ajuste y filtre bien es una de las mejores maneras de mantener seguros a todos los miembros del hogar.
- Todos deberían usar una mascarilla si están en una habitación con otras personas. Esto es especialmente importante para la persona con COVID-19, su cuidador y cualquier persona que esté en alto riesgo.
- Use una mascarilla protectora (N95, KN95, KF94) o doble mascarilla (mascarilla de tela sobre una mascarilla médica).

- Los niños menores de 2 años no deberían usar mascarilla.
- Para obtener más información, consulte ph.lacounty.gov/mascarillas.



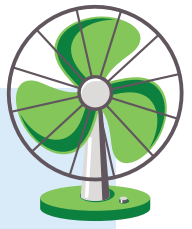
Cuidar a alguien con COVID-19

- Haga que una persona en el hogar que sea de bajo riesgo cuide a la persona con COVID-19, si es posible.
- Limite el tiempo que el cuidador pasa cerca de la persona con COVID-19.
- Use una mascarilla protectora y guantes cuando brinde atención. Lávese las manos después de quitarse los guantes o tocar artículos usados.

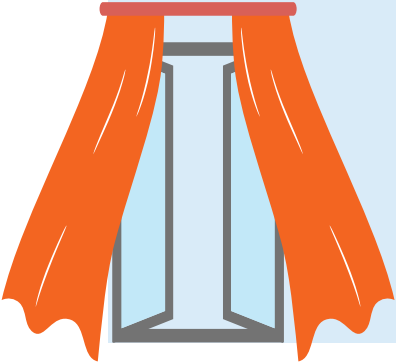


Llame a la línea de información DPH COVID-19 al 833-540-0473 (todos los días de 8:00 a. m. a 8:30 p. m.). Los operadores pueden ayudarlo a encontrar un lugar para aislarse o ponerse en cuarentena, responder sus preguntas sobre el COVID-19 y compartir otros recursos.

Aislamiento en espacios más pequeños



El aislamiento y la cuarentena pueden ser difíciles, especialmente si el espacio es limitado. Si la persona con COVID-19 no puede aislarse en un espacio separado, tome otras precauciones para ayudar a prevenir la propagación o **llame a la línea de información DPH COVID al 833-540-0473**. Los operadores pueden ayudar a encontrar un lugar para aislarse de manera segura fuera de la casa.



- Dedique un espacio cerca de una ventana abierta para que se queden las personas con COVID-19.
- Manténgase alejado de los demás y use una mascarilla de alta protección mientras estén juntos en la habitación.
- Asegúrese de que la casa tenga un buen flujo de aire. Mantenga las ventanas abiertas. Coloque un ventilador junto a la ventana más cercana a la persona con COVID-19 para expulsar el aire. Consulte la página web [Mejorar la ventilación en su casa](#) de los CDC.
- Coloque las camas lo más separadas posible, idealmente al menos a 6 pies de distancia. Si esto no es posible, duerma de pies a cabeza.

Personas con mayor riesgo de enfermedad grave

- Las personas de 65 años o más y las que tienen una condición de salud subyacente corren un mayor riesgo por enfermarse gravemente si contraen COVID-19. Esto incluye a las personas embarazadas y aquellas que han dado a luz recientemente.
- Si es posible, aisle a las personas con COVID-19 lejos de otros miembros del hogar que sean de alto riesgo.
- Las personas de alto riesgo **NO** deberían ser cuidadores ni recibir atención de alguien que tenga COVID-19.



- Las personas de alto riesgo que contraen el COVID-19 deberían hablar con su médico acerca de los medicamentos para la COVID-19 que podrían prevenir enfermedades graves. Los medicamentos funcionan mejor cuando se toman lo antes posible después de que comiencen los síntomas. Para más información, consulte ph.lacounty.gov/covidmedicamentos.

Hogares multigeneracionales y multifamiliares

- Estos hogares tienen un alto riesgo de propagar el COVID-19 en el hogar.
- Puede sentirse extraño o incómodo al usar una mascarilla en casa o aislar a un miembro de la familia con COVID-19 lejos de los demás. Pero ayudará a mantener a todos a salvo. Su familia solo tendrá que seguir las precauciones de seguridad adicionales durante un tiempo limitado.



La vacunación es la mejor manera de protegerse y proteger a sus seres queridos del COVID-19. Las personas que no están vacunadas corren el mayor riesgo de infectarse con COVID-19 y enfermarse gravemente.

Todas las personas mayores de 5 años deberían vacunarse contra el COVID-19 para ayudar a protegerse contra el COVID-19. Esto incluye mantenerse al día con las dosis adicionales recomendadas o las dosis de refuerzo.



Para más información, escanee el código QR o visite ph.lacounty.gov/covidaislamiento.

Prevent Spread at Home 4/13/22 (Spanish)