



**Departamento de Salud Pública
Mendocino County**

Gente Sana, Comunidades Sanas

Centro de Llamadas 707-472-2759



**Instrucciones de Aislamiento en el Hogar para
Personas con COVID-19 y Sus Hogares y Contactos Cercanos**

- (1) Si es positivo para COVID, auto aíslese
- (2) Esto se aplica a usted, ya sea que el resultado positivo sea de una prueba en el hogar, resultados de laboratorio o un diagnóstico médico de COVID-19
- (3) Si está esperando resultados, siga aislamiento hasta y a menos que sus resultados sean negativos
- (4) FECHA en que tomé el examen en casa: _____

Instrucciones de aislamiento en el hogar

Si su prueba en el hogar es positiva, debe seguir estos pasos de aislamiento en el hogar para controlar su salud y prevenir la propagación de enfermedades.

**Quédese en casa al menos 10 días desde
su prueba de COVID-19 o desde la aparición
de los síntomas**

- La mayoría de las personas con COVID-19 tendrán una enfermedad leve y pueden mejorar con la atención domiciliar adecuada sin la necesidad de consultar a un proveedor.
- No vaya al trabajo, la escuela o áreas públicas.
- No es necesario que se realice una prueba de PCR (a menos que necesite una carta de autorización).
- Quédese en casa hasta por lo menos 10 días después de la fecha de recolección de la muestra) y por lo menos 1 día después de que haya desaparecido la fiebre (durante 24 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre) y todos los demás síntomas estén mejorando.
Nota: Su proveedor de atención médica o Salud Pública pueden extender este período de aislamiento.
- Las personas que tuvieron contacto cercano con usted desde 48 horas antes de su prueba o de que comenzaron sus síntomas, hasta que se aisló, son contactos cercanos y debe seguir las órdenes de cuarentena. Comparta este documento con ellos.

**¿Qué pasa si no puede separarse
de los demás?**

Si no tiene un hogar o no puede separarse de los demás en su hogar, comuníquese con nosotros a la línea directa del refugio COVID-19 (707) 472-6643.

**¿Qué pasa si necesito una autorización para
trabajar o una carta de viaje?**

Si necesita una carta de autorización para trabajar, estudiar o viajar, deberá hacerse una prueba de PCR. La prueba en el hogar no se puede utilizar para una carta de autorización. Hágase la prueba aquí:
www.mendocinocounty.org/covidtesting

¿Esta prueba en casa ha caducado?

La fecha de vencimiento se ha extendido 6 meses.
Esto ha sido aprobado por los CDC y CDPH.

**Centro de Llamadas
para la Salud Pública
y COVID-19**

707-472-2759

www.mendocinocounty.org/covid19



Home Isolation Instructions for People with COVID-19 and their Households and Close Contacts

- (1)** If you are positive for COVID, please self-isolate
- (2)** This applies to you whether the positive result is from an at-home test, lab results, or a doctor's diagnosis of COVID-19
- (3)** If you are awaiting results follow Isolation until and unless your results are negative
- (4)** DATE I took the at-home test: _____

Home Isolation Instructions

If your at-home test is positive, you must follow these Home Isolation steps to monitor your health and prevent the spread of disease.

Stay home at least 10 days since your COVID-19 test or onset of symptoms

- Most people with COVID-19 will have mild illness and can get better with proper home care without the need to see a provider.
- Do not go to work, school, or public areas.
- You do not need to get a PCR test (unless you will need a Release Letter).
- Stay home until at least 10 days after the date of sample collection) AND at least 1 day after your fever is gone (for 24 hours without the use of fever-reducing medications) and all other symptoms are improving. Note: Your health care provider or Public Health may extend this period of isolation.
- Persons who had close contact with you from 48 hours before your test or your symptoms began, until you isolated yourself, are close contacts & must follow Quarantine Orders. Please share this document with them.

What if you can't separate yourself from others?

If you do not have a home or are unable to separate from others in your home, please contact us at the COVID-19 Shelter Hotline (707)472-6643.

What if I will need a Release to Work or Travel Letter?

If you will need a Release Letter for work, school, or travel, you will need to get a PCR test. The at-home test cannot be used for a Release Letter. Get tested here:
www.mendocinocounty.org/covidtesting

Is this at-home test expired?

This test can still be used! The manufacturer guarantees that the test is valid for 6 months after expiration date on the package. The CDC has confirmed this.

Call Center

**for Public Health
and COVID-19**

707-472-2759

www.mendocinocounty.org/covid19