

Ya ha dado el primer paso para frenar la propagación de COVID-19

Ahora que se le ha realizado la prueba, esto es lo que debe hacer a continuación para proteger a las personas que le importan y a su comunidad también.

Acerca del rastreo de contactos

Sea un héroe. Si da positivo a la prueba de COVID-19, asegúrese de que las personas con las que ha estado recientemente durante más de unos minutos se mantengan a salvo. Algunas personas llaman a esto el "rastreo de contactos". Nosotros decimos que usted tiene un "súper poder" de frente a esta pandemia.



Así es como se hace:

Haga una lista. Piense en las personas con las que ha pasado tiempo durante las dos últimas semanas y haga una lista. En caso de que dé positivo a la prueba, ya estará preparado para dar el primer paso más urgente: compartir esta lista con el equipo del departamento de salud local para ayudar a alertar a otras personas que podrían estar en riesgo.

Quédese en casa. Si puede, quédese solo en una habitación con la puerta cerrada y use su propio baño. Haga todo lo posible por mantenerse alejado de otras personas hasta que obtenga el resultado de la prueba y siempre use un cubrebocas si está cerca de personas.

Responda a la llamada. Si da positivo, recibirá una llamada telefónica o un mensaje de texto de un integrante del Equipo de Acercamiento Comunitario COVID-19, quien pertenece a su departamento de salud local. Ellos responderán a sus preguntas, ofrecerán consejos sobre cómo cuidarse, y es posible que puedan enlazarlo con servicios de apoyo, como entrega de alimentos, medicamento(s) y suministros relacionados con COVID-19 como cubrebocas y termómetro.

Comparta. Hablará con integrante del Equipo de Acercamiento Comunitario COVID-19, sobre las personas con las que ha estado recientemente. Luego, el integrante del Equipo de Acercamiento Comunitario COVID-19 les dirá que pudieron haber estado cerca de alguien que dio positivo a COVID-19. Esto se hace de forma confidencial, lo que significa que no darán su nombre. También indicarán a sus contactos cercanos que se queden en casa y les proporcionarán información sobre cómo hacerse la prueba. En ningún momento durante estas conversaciones se le pedirá que proporcione su número de Seguro Social, información de cuenta bancaria o tarjeta de crédito, o estado migratorio.

Esté seguro. El integrante del equipo de acercamiento comunitario COVID-19, mantendrá su identidad en privado. Su información médica personal también está protegida y no se comparte con otras agencias gubernamentales, esa es la ley.

SEA LA PERSONA INDICADA.

Usted puede ayudar a frenar la propagación de COVID-19. Si ve aparecer en su teléfono el número del departamento de salud local o NC Outreach (844-628-7223), responda a la llamada para proteger su comunidad y las personas que le importan. También puede llamar al servicio de acercamiento NC Outreach marcando el (844-628-7223) para obtener más información sobre el apoyo que hay disponible para mantenerse sano.

Para obtener más información visite el sitio: www.covid19.ncdhhs.gov.



NC DEPARTMENT OF
HEALTH AND
HUMAN SERVICES



Utilice esta hoja para hacer la lista de todas las personas con las que ha estado recientemente

Si su prueba de COVID-19 da positivo, un investigador de caso lo llamará para discutir con quién ha estado y le preguntará dónde pasó tiempo para determinar dónde probablemente estuvo expuesto a COVID-19 y a quién más pudo haber expuesto a COVID-19. Esta lista rápida puede ayudarle a pensar en las personas con las que ha estado recientemente para que esté listo si su departamento de salud local se comunica con usted para obtener esta información.

Aquí hay algunas cosas en las cuales pensar. Usted:

- ¿Ha ido al trabajo o a la escuela?
- ¿Se ha reunido con otros (comió en un restaurante, salió a tomar algo, hizo ejercicio con otros, invitó a amigos o familiares a su casa, se ofreció como voluntario, fue a una fiesta, piscina o parque)?
- ¿Ha ido a una tienda en persona (supermercado, centro comercial)?
- ¿Ha ido a citas en persona (estética, salones de belleza, peluquería, consultorio médico o dental)?
- ¿Ha viajado en automóvil con otras personas (incluyendo taxi o servicios como Uber o Lyft) o ha viajado en transporte público?
- ¿Ha estado dentro de una iglesia, templo, sinagoga, mezquita u otros lugares de culto?

¿Quién vive con usted?

¿Con quién ha estado en los últimos 14 días? (Si necesita más espacio, escriba en una hoja separada o haga esta lista en su aparato electrónico).

NOMBRE	NÚMERO DE TELÉFONO	FECHA EN QUE LOS VIO POR ÚLTIMA VEZ	LUGAR EN QUE LOS VIO POR ÚLTIMA VEZ

¿Qué actividades ha realizado en los últimos 14 días que involucraron a otras personas?

ACTIVIDAD	LUGAR	FECHA

YA CONOCE LAS 3 MS, AHORA CONOZCA LA APLICACIÓN

- Descargue la aplicación SlowCOVIDNC para compartir de forma anónima un resultado positivo de la prueba COVID19 y para notificar a las personas con las que ha estado en contacto recientemente.
- La aplicación protege su identidad y privacidad al mismo tiempo que le permite protegerse a sí mismo, a su familia y a su comunidad.
- Disponible en las tiendas virtuales Apple App Store y Google Play Store
- Averigüe más en el sitio: <https://covid19.ncdhhs.gov/slowcovidnc>

SEA LA
PERSONA
INDICADA.



MASCARILLA



MANTENER



MANOS

