



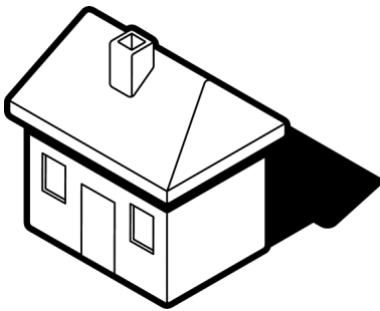
Qué hacer si el resultado de su prueba de coronavirus (COVID-19) es positivo

Español

El resultado de su prueba de coronavirus (COVID-19) es positivo

Debe auto aislarse hasta que el Department of Health and Human Services (DHHS) le diga que es seguro dejar el aislamiento. Usted está obligado por ley a cumplir con estas instrucciones.

Para obtener más información, comuníquese con la línea directa del coronavirus, llamando al **1800 675 398** (24 horas al día, 7 días a la semana). Si necesita un traductor, llame por favor al **131 450**.



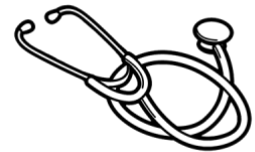
Debe quedarse en casa



Lávese las manos y cúbrase cuando tosa y estornude



Manténgase apartado de su familia y amigos



Si necesita asistencia médica, llame a su médico de cabecera o a la línea directa del coronavirus

¿Por qué debo aislarme?

El resultado de su prueba de coronavirus (COVID-19) ha sido positivo. Esto significa que debe aislarse, ya que existe una gran posibilidad de que usted pueda contagiar a otras personas.

Aislarse significa que no debe salir de su hogar o alojamiento, a menos que necesite cuidado médico o en caso de emergencia.

Si alguna otra persona que usted conoce tiene síntomas, esta persona debe hacerse la prueba y quedarse en casa.

El aislamiento es la cosa más importante que puede hacer para ayudar a desacelerar la propagación del coronavirus (COVID-19) y mantener a salvo a los demás residentes de Victoria.

¿Adónde me puedo aislar?

Debe ir inmediatamente al lugar adonde va a aislarse, sin detenerse en ningún lado.

El lugar es, generalmente, su hogar, pero DHHS puede permitir que se aisle en otro lugar que sea adecuado.

Si necesita ayuda para obtener alimentos o medicamentos mientras está en aislamiento, nosotros le podemos brindar apoyo.

¿A quién le tengo que avisar?

Después de recibir la notificación de que el resultado de su prueba es positivo, debe avisar a contactos cercanos. 'Contactos cercanos' se refiere a personas con las que usted convive, con las que trabaja de manera cercana o con quien estuvo en una reunión social.

Las personas con las que usted convive también tienen que hacer cuarentena en su hogar inmediatamente, dado que existe una gran posibilidad de que tengan coronavirus (COVID-19). Esto también incluye a niños.

¿Qué pasa después de recibir un resultado positivo?

Una persona del equipo de salud pública de DHHS hablará con usted acerca de las personas con las que ha tenido contacto, para poder tomar las medidas necesarias y desacelerar la propagación del virus, y proteger a su familia y a la comunidad. La persona tomará nota de adónde se está aislando y de con quién vive.

El equipo de salud pública se mantendrá en contacto con usted regularmente. Usted siempre puede comunicarse con ellos, si necesita más ayuda o si tiene alguna pregunta acerca de cómo mantenerse bien y a salvo.

Debe mantenerse en aislamiento hasta que el equipo de salud pública le dé autorización de suspenderlo.

Cómo mantenerse a salvo

El coronavirus (COVID-19) es altamente contagioso. No debe salir de su lugar de aislamiento, a menos que necesite atención médica o en caso de emergencia. También debe ayudar a que las personas que viven en su casa se mantengan a salvo.

- Manténgase separado de las otras personas, permaneciendo en una habitación diferente. Mantenga la puerta cerrada y las ventanas abiertas, cuando sea posible.
- Si tiene que estar en contacto con las personas que viven en su casa, debe mantenerse a 1,5 metros de distancia. Use una mascarilla quirúrgica (mascarilla que se usa una sola vez) cuando esté en la misma habitación que las otras personas.
- No permita visitantes que no vivan en su casa.
- Use un cuarto de baño separado, si es posible.
- Mantenga los vasos, vajilla y utensilios que utilice, separados de los que usan el resto de las personas que viven en su casa.
- Lávese las manos regularmente durante un mínimo de 20 segundos cada vez, usando agua y jabón, o use desinfectante de manos que contenga por lo menos 60 por ciento de alcohol.
- Tosa y estornude en un pañuelo desechable, tire el pañuelo inmediatamente y lávese las manos. Si no tiene un pañuelo desechable, tosa o estornude en la parte superior de la manga o en el hueco del codo.
- Lávese las manos después de sonarse la nariz, toser, estornudar o ir al baño.
- Limpie regularmente las superficies del hogar y lave la ropa cuidadosamente con el agua lo más caliente posible.
- Tire los artículos contaminados, tales como pañuelos desechables, en un bote de basura forrado por dentro.
- Use una mascarilla quirúrgica y guantes desechables cuando tenga que tocar artículos contaminados.
- Si vive en una residencia particular o apartamento, puede salir al jardín o a su balcón. Debe usar una mascarilla quirúrgica cuando vaya de un lado a otro, dentro del lugar en donde está viviendo.

Pida a sus amigos o familiares, que no tengan que aislarse, que le lleven alimentos u otras cosas que necesite.

Estas personas no deben entrar a su casa cuando le lleven suministros, sino que deben dejarlos en la puerta al frente de su casa.

Monitoree sus síntomas

Si sus síntomas empeoran, pero no son serios, llame a su médico de cabecera. Si es una urgencia médica (por ejemplo, dificultad para respirar) llame al triple cero (000) y pida una ambulancia. Diga a los paramédicos que tiene coronavirus (COVID-19).

Cuide de su bienestar

- Manténgase en contacto con su familia y amigos a través del teléfono, correo electrónico o redes sociales.
- Haga arreglos con su empleador para trabajar desde casa.

Si no puede sobrellevar la situación, hable con su médico de cabecera o comuníquese con:

- **Lifeline Australia** <<https://www.lifeline.org.au/>>, teléfono: **13 11 14**
Un servicio de apoyo para situaciones de crisis que brinda apoyo a cualquier hora.
- **Beyond Blue** <<https://www.beyondblue.org.au/>>, teléfono: **1300 22 4636**
Esta organización está ofreciendo ayuda especializada para la salud mental de las personas que se encuentran en aislamiento.
- **Kids Helpline** <<https://www.kidshelpline.com.au/>>, teléfono: **1800 551800**
Un servicio gratuito y confidencial de terapia para gente joven.

Puede comunicarse con Lifeline o Beyond Blue con la ayuda de un intérprete, llamando al **131 450**.

Paquetes de ayuda de emergencia

Para obtener información acerca de apoyo y paquetes de ayuda de emergencia, o ayuda para obtener comestibles, visite <[dhhs.vic.gov.au/self-quarantine-coronavirus-covid-19](https://www.dhhs.vic.gov.au/self-quarantine-coronavirus-covid-19)> o llame a la línea directa del coronavirus al **1800 675 398**. Si necesita un traductor, por favor llame al **131 450**.

Pago de apoyo COVID-19 para el trabajador

Usted puede ser elegible a un pago único de \$1.500 dólares mediante el apoyo COVID-19 para el trabajador. Este pago está concebido para brindar ayuda económica a los residentes de Victoria a quienes DHHS les haya pedido que se aislen o que hagan cuarentena en casa, debido a que han sido diagnosticados con coronavirus (COVID-19), o porque han estado en contacto estrecho con un caso confirmado.

DHHS se comunicará directamente con todos los casos confirmados y con sus contactos cercanos. Como parte de este proceso, se hará una evaluación telefónica para el pago. Esta es la única forma de tener acceso al pago.

Información para los cuidadores y otros miembros de la casa

Si usted vive con alguien diagnosticado con coronavirus (COVID-19), usted también debe auto aislarse y quedarse en casa.

Si usted tiene cualquiera de estos síntomas: fiebre, escalofríos o sudores, tos o dolor de garganta, dificultad para respirar, abundante secreción nasal, pérdida del gusto o del olfato – se recomienda que se haga la prueba. En ciertas circunstancias, también se pueden tomar en consideración los dolores de cabeza, dolores musculares, nariz congestionada, náuseas, vómitos o diarrea.

Si usted está cuidando de un familiar enfermo de coronavirus, a continuación mencionamos algunas cosas de importancia que debe hacer, para que todas las personas que comparten el hogar estén a salvo:

- Asegúrese de que la persona enferma permanezca en una habitación, separada de otras personas.
- Mantenga la puerta de dicha habitación cerrada y las ventanas abiertas, cuando sea posible.
- Limite el número de cuidadores al mínimo.
- Lávese las manos siempre con agua y jabón, o use desinfectante de manos antes de entrar y después de salir de la habitación.
- Mantenga la vajilla y utensilios que usa la persona enferma separados de los que usan las otras personas.

- Use una mascarilla quirúrgica desechable, si cuenta con una, cuando esté en la habitación de la persona enferma y manténgase a 1,5 metros de distancia de ella, si es posible.
- Desinfecte y limpie regularmente las superficies que se tocan a menudo, tales como mesas, puertas, teclados, llaves de agua y picaportes.
- Deshágase de los pañuelos desechables y de las mascarillas colocándolos en una bolsa de plástico cerrada.
- No permita visitas.

Si la persona enferma empieza a sentirse peor, llame a la línea directa del coronavirus al **1800 675 398** para que lo asesoren. Si necesita visitar al médico de cabecera, llame con anticipación, para que se puedan hacer los preparativos necesarios.

Monitoree los síntomas

Si la persona de quien usted está cuidando desarrolla síntomas de gravedad, tal como dificultad para respirar, llame al triple cero (000) y pida una ambulancia. Hágales saber que la persona ha sido diagnosticada con coronavirus (COVID-19).

Para recibir este documento en otro formato, envíe un correo electrónico a [Emergency Management Communications](mailto:Emergency.Management.Communications@dhhs.vic.gov.au) <em.comms@dhhs.vic.gov.au>

Authorised and published by the Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Australia, Department of Health and Human Services, June 2020.

ISBN 978-1-76096-075-9 (online/print)

Disponible en: [Translated resources – coronavirus disease \(COVID-19\)](#)

<<https://www.dhhs.vic.gov.au/translated-resources-coronavirus-disease-covid-19>>