

**If you are sick with COVID-19 or suspect you are infected with the virus that causes COVID-19, follow the steps below to help prevent the disease from spreading to people in your home and community.**

## Stay home except to get medical care

You should restrict activities outside your home, except for getting medical care. Do not go to work, school, or public areas. Avoid using public transportation, ride-sharing, or taxis.

## Separate yourself from other people and animals in your home

**People:** As much as possible, you should stay in a specific room and away from other people in your home. Also, you should use a separate bathroom, if available.

**Animals:** Do not handle pets or other animals while sick. See [COVID-19 and Animals](#) for more information.

## Call ahead before visiting your doctor

If you have a medical appointment, call the healthcare provider and tell them that you have or may have COVID-19. This will help the healthcare provider's office take steps to keep other people from getting infected or exposed.

## Wear a facemask

You should wear a facemask when you are around other people (e.g., sharing a room or vehicle) or pets and before you enter a healthcare provider's office. If you are not able to wear a facemask (for example, because it causes trouble breathing), then people who live with you should not stay in the same room with you, or they should wear a facemask if they enter your room.

## Cover your coughs and sneezes

Cover your mouth and nose with a tissue when you cough or sneeze. Throw used tissues in a lined trash can; immediately wash your hands with soap and water for at least 20 seconds or clean your hands with an alcohol-based hand sanitizer that contains at least 60% alcohol covering all surfaces of your hands and rubbing them together until they feel dry. Soap and water should be used preferentially if hands are visibly dirty.

## Avoid sharing personal household items

You should not share dishes, drinking glasses, cups, eating utensils, towels, or bedding with other people or pets in your home. After using these items, they should be washed thoroughly with soap and water.

## Clean your hands often

Wash your hands often with soap and water for at least 20 seconds. If soap and water are not available, clean your hands with an alcohol-based hand sanitizer that contains at least 60% alcohol, covering all surfaces of your hands and rubbing them together until they feel dry. Soap and water should be used preferentially if hands are visibly dirty. Avoid touching your eyes, nose, and mouth with unwashed hands.

## Clean all "high-touch" surfaces every day

High touch surfaces include counters, tabletops, doorknobs, bathroom fixtures, toilets, phones, keyboards, tablets, and bedside tables. Also, clean any surfaces that may have blood, stool, or body fluids on them. Use a household cleaning spray or wipe, according to the label instructions. Labels contain instructions for safe and effective use of the cleaning product including precautions you should take when applying the product, such as wearing gloves and making sure you have good ventilation during use of the product.

## Monitor your symptoms

Seek prompt medical attention if your illness is worsening (e.g., difficulty breathing). **Before** seeking care, call your healthcare provider and tell them that you have, or are being evaluated for, COVID-19. Put on a facemask before you enter the facility. These steps will help the healthcare provider's office to keep other people in the office or waiting room from getting infected or exposed.

Ask your healthcare provider to call the local or state health department. Persons who are placed under active monitoring or facilitated self-monitoring should follow instructions provided by their local health department or occupational health professionals, as appropriate.

If you have a medical emergency and need to call 911, notify the dispatch personnel that you have, or are being evaluated for COVID-19. If possible, put on a facemask before emergency medical services arrive.

## Discontinuing home isolation

Patients with confirmed COVID-19 should remain under home isolation precautions until the risk of secondary transmission to others is thought to be low. The decision to discontinue home isolation precautions should be made on a case-by-case basis, in consultation with healthcare providers and state and local health departments.



For more information: [www.cdc.gov/COVID19](http://www.cdc.gov/COVID19)

**Si usted está enfermo por el nuevo coronavirus 2019-nCoV, o sospecha que está infectado, tome las medidas mencionadas a continuación para ayudar a prevenir que este nuevo coronavirus se propague a las personas en su casa y en la comunidad.**

## Quédese en casa, excepto para conseguir atención médica.

Debe restringir las actividades fuera de su casa, excepto para conseguir atención médica. No vaya al trabajo, la escuela o a áreas públicas. No use el servicio de transporte público, vehículos compartidos o taxis.

## Manténgase alejado de las demás personas en su casa

En la medida de lo posible, permanezca en una habitación específica y lejos de las demás personas que estén en su casa. Además, use un baño aparte, de ser posible.

## Llame antes de ir al médico

Si tiene una cita médica, llame al proveedor de atención médica y dígame que tiene o que podría tener una infección por el nuevo coronavirus 2019-nCoV. Esto ayudará a que en el consultorio del proveedor de atención médica se tomen medidas para evitar que otras personas se infecten o expongan.

## Use una mascarilla

Usted debería usar una mascarilla cuando esté cerca de otras personas (p. ej., compartiendo una habitación o un vehículo) y antes de entrar al consultorio de un proveedor de atención médica. Si no puede usarla (por ejemplo, porque le causa problema para respirar), las personas que vivan con usted no deberían quedarse en la misma habitación, o deberían ponerse una mascarilla si entran a su habitación.

## Cúbrase la nariz y la boca al toser y estornudar

Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo desechable al toser o estornudar. Bote los pañuelos desechables usados en un bote de basura con una bolsa de plástico adentro y lávese las manos con agua y jabón por al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, límpieselas inmediatamente con un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol, cubra todas las superficies de las manos y fróteselas hasta que sienta que se secaron. Si las manos están visiblemente sucias, es preferible usar agua y jabón.

## Lávese las manos

Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón por al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, límpieselas con un desinfectante de manos que contenga al menos un 60 % de alcohol, cubra todas las superficies de las manos y fróteselas hasta que sienta que se secaron. Si las manos están visiblemente sucias, es preferible usar agua y jabón. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

## Evite compartir artículos del hogar de uso personal

No debe compartir platos, vasos, tazas, cubiertos, toallas o ropa de cama con otras personas que estén en su casa. Después de usar estos artículos, debe lavarlos cuidadosamente con agua y jabón.

## Vigile sus síntomas

Busque atención médica rápidamente si su enfermedad empeora (p. ej., si tiene dificultad para respirar o le falta el aire). Antes de hacerlo, llame a su proveedor de atención médica y dígame que tiene una infección por el nuevo coronavirus 2019-nCoV, o que está siendo evaluado para determinar si la tiene. Póngase una mascarilla antes de entrar al consultorio. Estas medidas ayudarán a que en el consultorio del proveedor de atención médica se pueda evitar que otras personas se infecten o expongan.

Pídale a su proveedor de atención médica que llame al departamento de salud local o estatal. Las personas que estén bajo monitoreo activo o automonitoreo facilitado deben seguir las indicaciones provistas por los profesionales de salud ocupacional o de su departamento de salud local, según corresponda.

## Interrupción del aislamiento en la casa

Los pacientes con una infección por el nuevo coronavirus 2019-nCoV confirmada deben permanecer bajo precauciones de aislamiento en la casa hasta que el riesgo de transmisión secundaria a otras personas se considere bajo. La decisión de interrumpir las precauciones de aislamiento en la casa debe tomarse según cada caso en particular, en consulta con proveedores de atención médica y departamentos de salud estatales y locales. La información actual acerca del nuevo coronavirus 2019-nCoV es limitada; por ese motivo, las precauciones en la casa son conservadoras y se basan en las recomendaciones generales para otros coronavirus, como el del síndrome respiratorio de Oriente Medio (MERS).

