



Diferencias entre distanciamiento social, cuarentena y aislamiento con el COVID-19

Conozca las diferencias y las recomendaciones a seguir en caso de distanciamiento social, cuarentena y aislamiento para controlar la pandemia producida por el COVID-19

1. DISTANCIAMIENTO SOCIAL

Concepto: Mantener un espacio entre las personas fuera del hogar para evitar la propagación de la enfermedad. Está indicado cuando hay riesgo de contagio por el COVID-19 en una comunidad

Recomendaciones: Mantener una distancia de al menos 2 metros y evitar los grupos de personas

2. CUARENTENA

Concepto: Separar y limitar el movimiento a personas que pueden haber estado expuestas a la enfermedad y comprobar si enferman. Deben quedarse en una instalación específica o en casa, durante 2 semanas

Recomendaciones:

- Estar atento a síntomas como fiebre, tos o falta de aliento
- Mantener una distancia de 2 metros especialmente con personas con alto riesgo de enfermedad grave
- En caso de aparecer síntomas, controlar temperatura y llamar al médico

3. AISLAMIENTO

Concepto: Separar y vigilar a las personas que están enfermas para evitar que la infección se propague. El médico decide si se realiza en hospitales, alojamientos preparados a tal efecto o en casa, en función de la gravedad del cuadro presentado

Recomendaciones:

- Mantenerse alejado de los miembros de la familia
 - No compartir platos, vasos, ropa de cama y otros artículos para el hogar.
 - Usar dormitorio y baño separados si es posible.
 - Consultar al médico si los síntomas empeoran
-
- https://www.mayoclinic.org/diseases-conditions/coronavirus/in-depth/coronavirus-quarantine-and-isolation/art-20484503?utm_source=newsletter&utm_medium=email&utm_campaign=housecall
 - https://www.nj.gov/health/cd/documents/flu/spanish/isolation_and_quarantine_sp.pdf