

Qué hacer si su prueba de COVID-19 resulta positiva

Las personas que tienen COVID-19 pueden contagiar el virus a otros. **Si recibe un resultado positivo de la prueba de COVID-19, aunque esté vacunado o nunca haya tenido síntomas, aíslese tan pronto como reciba el resultado de su prueba.** Aislamiento significa permanecer en su casa y aislado de otras personas, incluidas las personas que viven con usted, durante al menos 5 días.

Si su prueba de COVID-19 resulta positiva

Quédese en casa y aíslese durante 5 días.

Podrá dejar su casa luego del quinto día si sus síntomas han mejorado Y si no ha tenido fiebre durante al menos 24 horas sin haber ingerido un medicamento para reducir la fiebre.

Esta guía no se aplica a los [trabajadores de atención médica](#).

Es posible que reciba un llamado del Departamento de Salud. Si pierde la llamada, llámenos al 802-863-7200.

Si continúa teniendo síntomas luego de finalizar el aislamiento, puede optar por tomar precauciones adicionales, tales como [utilizar una mascarilla](#), que ayudará a protegerlo tanto a usted como a las personas a su alrededor para que no se contagien o propaguen el COVID-19.

Si usted tiene más de 65 años o padece una afección médica de alto riesgo y tiene síntomas de leves a moderados, comuníquese con su prestador de atención médica tan pronto como reciba el resultado positivo de su prueba para consultar sobre tratamientos para el COVID-19. Estos tratamientos pueden reducir la probabilidad de internación.

Si necesita recurrir a un prestador de atención médica pero no tiene uno, llame al 2-1-1 para que lo comuniquen con un centro de atención, o comuníquese con el [centro de salud de calificación federal](#) más cercano o con una de las [clínicas de Vermont gratuitas y de derivación](#).

Informe los resultados de sus autoprueba al Departamento de Salud

Para informar los resultados de sus autopruebas seleccione la opción de enviar automáticamente los resultados a su departamento de salud local o complete el [Formulario de notificación de resultados de los autopruebas del COVID-19 de Vermont](#).

Notifique a sus contactos cercanos:

Si obtiene un resultado positivo de COVID-19, es importante que avise a las personas con las cuales se reunió recientemente para que sepan que pudieron haber tomado contacto con el virus. De esta manera podrán estar atentas a los síntomas y someterse a pruebas de diagnóstico si fuera necesario para ayudar a evitar una mayor propagación del virus.

Piense con quiénes compartió tiempo por lo menos dos días antes del inicio de sus síntomas o, si no tuvo síntomas, dos días antes de someterse a la prueba. Es particularmente importante comunicarse con todas aquellas personas que pudieran ser pacientes de alto riesgo por COVID-19. Puede compartir este enlace para obtener una orientación adicional: healthvermont.gov/closecontact.

Aíslese en su casa:

La mayoría de las personas con enfermedad leve pueden recuperarse en casa. En el caso de aquellas personas con síntomas de leves a moderados, existen [opciones de tratamiento para el COVID-19](#).

- Quédese en casa, excepto para recibir atención médica de urgencia o si siente que no está seguro en su casa. Use una mascarilla si necesita salir de su casa.
- Antes de visitar a su prestador de atención médica o de acudir al departamento de emergencias, llame y avise que se está aislando porque tiene COVID-19.
- En la medida de lo posible, quédese en una habitación específica de su casa y use un baño separado.
- Mantenga una distancia de al menos 6 pies (o 2 metros) del resto de las personas de su casa en todo momento.
- Use una mascarilla si está en una habitación con otras personas o mascotas, a menos que tenga dificultad para respirar.
- No comparta los objetos de la casa.
- Limpie y desinfecte las superficies, lave los artículos del hogar y lávese las manos con frecuencia.
- Monitoree sus niveles de oxígeno en sangre. Las personas diagnosticadas con COVID-19 pueden tener niveles de oxígeno en sangre inferiores a los normales antes de sentir la falta de aire. Descubrir pronto los niveles de oxígeno bajos puede ayudarlo a buscar atención médica antes. Esto podría hacer que la enfermedad sea menos grave.
- Si usted está a cargo del cuidado de una persona que ha tenido un resultado positivo de COVID, conozca [cómo cuidar de alguien enfermo en el hogar](#) (CDC).

Cuándo obtener atención médica de forma inmediata:

Busque atención médica de inmediato si tiene dificultades para respirar, dolor persistente o presión en el pecho, confusión reciente, incapacidad para despertarse o mantenerse despierto, o cambios de color en los labios, las encías, la cara, alrededor de los ojos o las uñas. Infórmele a su prestador de atención médica o al 9-1-1 que tiene COVID-19 y que está aislado en casa.

Solicitud de un pulsioxímetro

Un pulsioxímetro es un dispositivo pequeño que se pinza en la punta del dedo y mide su pulso y los niveles de oxígeno en la sangre. Puede ayudarlo a saber cuán enfermo se encuentra. Puede

solicitar uno si usted o alguien a quien usted cuida mayor de 2 años obtiene un resultado positivo de COVID-19. Prepárese para indicar su nombre, fecha de nacimiento, dirección física, información de contacto, el tipo de prueba a la que se sometió (PCR/LAMP o antígeno) y la fecha de la prueba que dio resultado positivo.

Para solicitar un pulsioxímetro llame al 802-863-7200 o ingrese al siguiente sitio web:

<https://survey.alchemer.com/s3/6704528/Vermont-Department-of-Health-Pulse-Oximeter-Request>

What to do if you test positive for COVID-19

People with COVID-19 can spread the virus to others. **If you test positive for COVID-19, even if you are vaccinated or never have symptoms, isolate as soon as you receive your test result.** Isolation means staying home and away from other people – including the people who live with you – for at least 5 days.

If you have a positive COVID-19 test

Stay home and isolate for 5 days.

You can leave your home after day 5 if your symptoms have improved AND you have had no fever for at least 24 hours without the use of medicine that reduces fevers.

This guidance does not apply to [health care workers](#).

You may get a call from the Health Department. If you miss the call, call us back at 802-863-7200.

If you still have symptoms after completing isolation, you might choose to take extra precautions such as [wearing a mask](#), which helps protect you and the people around you from getting or spreading COVID-19.

If you are over 65 or have a high-risk medical condition and have mild to moderate symptoms, reach out to your health care provider to ask about COVID-19 therapeutics – as soon you get your positive test result. These treatments can reduce the chance of being hospitalized.

If you need to see a health care provider but don't have one, call 2-1-1 to be connected to care, or contact the nearest [federally qualified health center](#) or one of [Vermont's free & referral clinics](#).

Report your self-test results to the Health Department

You can report self-test results by choosing the option to automatically provide your results to your local health department or by filling out the [Vermont COVID-19 Self-Test Result Reporting Form](#).

Notify your close contacts:

If you test positive for COVID-19, it's important let people you spent time with recently know they could have come into contact with the virus. That way, they can look out for symptoms and get tested if needed, to help prevent further spread.

Think about who you spent time with starting two days before your symptoms began or if you had no symptoms, the day you were tested. It's especially important to reach out to anyone who may

be at higher risk for COVID-19. You can share this link for additional guidance:
healthvermont.gov/closecontact.

Isolate at home:

Most people with mild illness can recover at home. For people with mild to moderate symptoms, there are [treatment options for COVID-19](#).

- Stay home, except for urgent medical care or if you feel unsafe at home. Wear a mask if you need to leave home.
- Call ahead before visiting a health care provider or emergency department and tell them you are isolating because you have COVID-19.
- As much as possible, stay in a specific room in your home and use a separate bathroom.
- Stay at least 6 feet (or 2 meters) away from others in your home at all times.
- Wear a mask if you're in any room with other people or pets, unless you have trouble breathing.
- Don't share household items.
- Clean and disinfect surfaces, wash household items and wash hands often.
- Monitor your blood oxygen levels. People diagnosed with COVID-19 may have below-normal levels of oxygen in their blood before they feel short of breath. Finding low oxygen levels early can help you know to seek medical care sooner. This could make the disease less severe.
- If you are caring for someone who tested positive, find out [how to care for someone sick at home](#) (CDC).

When to get medical care immediately:

Get medical care immediately if you have trouble breathing, persistent pain or pressure in the chest, new confusion, inability to wake or stay awake, or changes in color on your lips, gums, face, around the eyes, or nails. Tell your health care provider or 9-1-1 that you have COVID-19 and are isolating at home.

Requesting a pulse oximeter

A pulse oximeter is a small device that clips onto your fingertip and measures your pulse and oxygen levels. It can help you know how sick you are. You can request one if you or someone you care for over the age of 2 tests positive for COVID-19. Be prepared to give your name, date of birth, physical address, contact information, what kind of test you took (PCR/LAMP or antigen), and the date the positive test taken.

You can ask for a pulse oximeter by calling 802-863-7200 or visit the website:

<https://survey.alchemer.com/s3/6704528/Vermont-Department-of-Health-Pulse-Oximeter-Request>