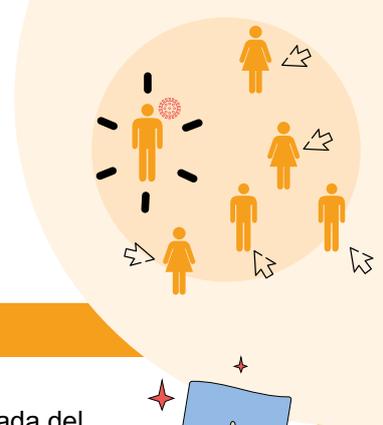


# Aislamiento preventivo para los contactos estrechos de COVID-19



## ¿Qué debo hacer si soy un contacto estrecho?

/ **Aíslate** en una habitación de uso individual.

/ Procura **no salir de la habitación** y, si sales, **siempre debéis ir con mascarilla**, tú y tus convivientes.

/ **Lávate a menudo las manos**, con agua y jabón o con soluciones hidroalcohólicas, especialmente después de toser, estornudar y tocar objetos o superficies.



/ **Lava tu ropa** de forma separada del resto a 60 °C o más.

/ **Limpia el baño después de cada uso**, si no puedes utilizar uno solo para ti.

/ Es importante que **estés localizable**.

/ Haz **seguimiento y vigilancia de tus síntomas** dos veces al día, a través de la app **STOP COVID19 CAT**.

/ Haz una **buena ventilación de la habitación** (10 minutos, 3 veces al día).



## Si me hacen una PCR, ¿cómo sabré el resultado?

/ Puedes consultar los **resultados de la prueba** a través de **La Meva Salut** durante las **48-72 horas** siguientes a la extracción de la muestra.

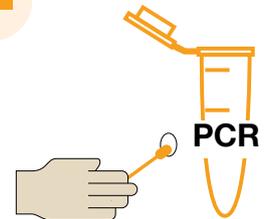
/ Si todavía **no tienes acceso a La Meva Salut**, puedes darte de alta a través del formulario siguiente:

► [lamevasalut.gencat.cat/alta](http://lamevasalut.gencat.cat/alta)

## ¿Qué debo hacer si el resultado de la PCR es negativo?

/ Si la prueba **PCR es negativa**, igualmente **debes hacer el aislamiento preventivo de 10 días**, teniendo en cuenta el plazo máximo de incubación del virus.

/ **Controla tus síntomas** y, si estos aparecen, ponte en contacto con tu profesional sanitario a través de la **eConsulta de La Meva Salut**. Si son graves, **llama directamente al 061**.



## ¿Qué debo hacer si el resultado de la PCR es positivo?

/ Si el resultado de la prueba **PCR es positivo**, **deberás continuar el aislamiento domiciliario**.

/ La información completa sobre cómo hacerlo la puedes encontrar aquí: <http://canalsalut.gencat.cat/web/contenut/A-Z/C/coronavirus-2019-ncov/material-divulgatiu/consells-aillament-domiciliari.pdf>



/ **Recuerda: la detección precoz** de las personas con **COVID-19** y la **rápida identificación y el aislamiento de los contactos estrechos** es fundamental para **mantener el control** de la pandemia.

**No nos podemos relajar. ¡Evitemos un rebrote!**

Para más información, consulta [canalsalut.gencat.cat/coronavirus](http://canalsalut.gencat.cat/coronavirus)