RECOMENDACIONES PARA CONTACTOS ESTRECHOS POR COVID-19

Si usted es contacto estrecho y está correctamente vacunado de la COVID-19.

- No está indicada la cuarentena pero deberá extremar las precauciones.
- Realizar únicamente actividades esenciales. En los casos que sea posible solicitar teletrabajo.
- Evitar el contacto con personas vulnerables.
- Asegurar el uso correcto de la mascarilla.
- Fomentar la ventilación de espacios interiores.
- Mantener la distancia de seguridad.
- Reducir todo lo posible sus interacciones sociales utilizando de forma constante la mascarilla.
- Evitar zonas concurridas o eventos con mucha gente.

Si usted es contacto estrecho y NO está vacunado o con pauta incompleta de la COVID-19.

- Realizará cuarentena durante los 10 días posteriores al último contacto con un caso confirmado.
- Permanezca en su domicilio, preferentemente en una habitación individual, y restrinja al mínimo las salidas de la habitación, que siempre se realizarán con mascarilla quirúrgica/FFP2.
- Si usted precisara baja laboral póngase en contacto con el sistema sanitario.

Recomendaciones para todos los contactos estrechos independientemente de su estado vacunal.

- Vigilar su estado de salud y ante la aparición de cualquier síntoma compatible (fiebre, tos, dificultad respiratoria...) pónganse en contacto con el sistema sanitario o llame al 900222000. El contacto inicial se realizará de forma no presencial.
- Realizar lavado de manos frecuente (con agua y jabón o soluciones hidro-alcohólicas) especialmente después de toser, estornudar y tocar o manipular pañuelos u otras superficies potencialmente contaminadas.
- Evitar la toma de antitérmicos sin supervisión médica durante el periodo de vigilancia para evitar enmascarar y retrasar la detección de la fiebre.