

Qué hacer si tienes síntomas de COVID-19



¿Tienes síntomas?

- Tos Pérdida temporal del gusto
- Estornudos y goteo nasal Dolor de garganta
- Fiebre Dificultad para respirar



Haz los arreglos para hacerte un test y aíslate del resto de las personas de la casa.

¿No tienes síntomas?

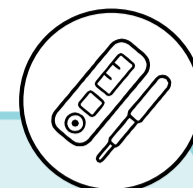
A menos que seas un contacto doméstico, no tienes que hacerte ningún test.

Dónde hacerse el test

Hazte el test en un centro comunitario. Puedes pedir un test rápido de antígenos por Internet en requestrats.covid19.health.nz y recogerlo en un centro de recolección, que puedes encontrar en healthpoint.co.nz/covid-19

Hazte el test rápido de antígenos

- Sigue las instrucciones del paquete.
- Los resultados aparecerán de 15 a 20 minutos después de hacer el test.



Resultado positivo

En la mayoría de las personas, la COVID-19 provoca síntomas de leves a moderados que pueden tratarse en casa.



Resultado negativo

Ingresas tu resultado en My COVID Record. **Mantente alerta.** Si tienes síntomas, quédate en casa y hazte el test el día siguiente.

Notifica el resultado del test



1. Si el test dio positivo, ingresa el resultado en **My COVID Record** o llama al **0800 222 478**.
2. En un plazo de 24 horas recibirás un mensaje de texto en que se te proporcionará más información y apoyo.

Informa a los demás



Informa a los demás de que en tu casa hay COVID-19 y de que te estás aislando, por ejemplo, avisa en tu trabajo, centro de estudios o escuela, o díselo a quienes te visitan con frecuencia.

Cómo autoaislarse

- Tú y todos los que viven contigo tendrán que aislarse durante 7 días.
- Toma precauciones de sentido común para evitar el contacto con las personas que viven contigo.
- Los alimentos y suministros te los deben entregar sin contacto.
- Puedes hacer ejercicio fuera de casa, en tu barrio, pero no en un centro de ejercicio compartido, como una piscina o un gimnasio.

Contacto doméstico



- Todos los contactos domésticos deben hacerse el test el día 3 y el día 7.
- Si un contacto doméstico da positivo, tendrá que volver a iniciar los 7 días de autoaislamiento.
- Tú no tienes que volver a empezar el período de aislamiento porque otra persona de la casa dé positivo, siempre y cuando el test final te dé negativo.

Controla los síntomas

Si los síntomas empeoran, llama a la línea de salud Healthline al **0800 358 5453**. **Si se trata de una emergencia, llama al 111 de inmediato.**



Apoyo adicional

La mayoría de las personas podrán autoaislarse por su cuenta con la ayuda de amigos y familiares (whānau), pero hay apoyo disponible si lo necesitas. Dirígete a workandincome.govt.nz o llama a la línea de bienestar relacionada con la COVID, **COVID Welfare Line**, al **0800 512 337**.

Apoyo económico

Si no puedes trabajar desde casa mientras te aíslas, es posible que tu empleador pueda acogerse al plan de apoyo por baja laboral (Leave Support Scheme) para que le ayuden a pagar tu jornal o salario, incluso si estás empleado a tiempo parcial o de forma eventual.

Para obtener más información sobre qué hacer si das positivo, dirígete a:



Covid19.govt.nz/positive