

Exposed to COVID-19?

Ask these questions to know what to do.



1	2	3	
What's your vaccination or prior infection status?	Were you less than 6 feet from the COVID-19 positive person for 15 minutes or more within a 24-hour period?	Are you sick or do you have symptoms?	SYMPTOMS INCLUDE:
COVID-19 TEST	Masked or unmasked		- Fever or chills - Cough - Shortness of breath or difficulty breathing - Fatigue - Muscle or body aches - Headache - New loss of taste or smell - Sore throat - Congestion or runny nose - Nausea or vomiting - Diarrhea
Vaccinated AND up-to-date on booster doses. Find out if you are up-to-date on your vaccine. www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/stay-up-to-date.html or People who had a prior confirmed COVID-19 infection less than 90 days ago	Yes	Yes	Isolate immediately and get tested as soon as you can. Stay home until you know the results.
	Yes	No	You do not need to stay home. Watch for symptoms and take precautions until day 10. - Wear a well-fitted mask when you are around others, inside or outside of your home. - Avoid travel. - Avoid being around people who are high risk. Get tested 5 days after your last saw the person with COVID-19 even if you do not experience symptoms.
	No	Yes	Isolate immediately and get tested as soon as you can. Stay home until you know the results.
	No	No	No quarantine. Continue regular activities and practice prevention strategies such as masking in public, staying 6 feet from others, washing your hands frequently, avoiding touching your face with unwashed hands, disinfecting frequently touched surfaces, and staying home when sick.
OR Not Vaccinated or Vaccinated BUT not up-to-date on booster doses. Find out if you are up-to-date on your vaccine. www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/stay-up-to-date.html	Yes	Yes	Isolate immediately and get tested as soon as you can. Stay home until you know the results.
	Yes	No	Quarantine. Stay home for at least 5 full days. Watch for symptoms and take precautions for 10 full days. - Wear a well-fitted mask when you are around others, inside or outside of your home. - Avoid travel. - Avoid being around people who are high risk. Get tested 5 days after you last saw the person with COVID-19, even if you do not experience symptoms.
	No	Yes	Isolate immediately and get tested as soon as you can. Stay home until you know the results.
	No	No	No quarantine. Continue regular activities and practice prevention strategies such as masking in public, staying 6 feet from others, washing your hands frequently, avoiding touching your face with unwashed hands, disinfecting frequently touched surfaces, and staying home when sick.

Feel sick?
Isolate immediately.
Get tested.

Questions about isolation or quarantine? Learn more.
 CDC www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html
 GADPH dph.georgia.gov/isolation-contact

NOTE: Inpatient settings, congregate settings, and immunocompromised individuals should refer to CDC for guidance. www.cdc.gov

¿Estuvo expuesto a COVID-19?

Haga estas preguntas para saber qué hacer.



1	2	3	
¿Está vacunado o ha tenido una infección anteriormente?	¿Estuvo a menos de 6 pies de la persona que dio positivo en la prueba de COVID-19 durante 15 minutos o más en un período de 24 horas?	¿Está enfermo o tiene síntomas?	LOS SÍNTOMAS INCLUYEN:
PRUEBA DE COVID-19	Con o sin mascarilla		- Fiebre o escalofríos - Tos - Falta de aliento o dificultad para respirar - Fatiga - Dolores musculares o corporales - Dolor de cabeza - Pérdida nueva del gusto u olfato - Dolor de garganta - Congestión o nariz que moquea - Náuseas o vómitos - Diarrea
Vacunado y al día con las dosis de refuerzo Averigüe si está al día con su vacuna. www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/stay-up-to-date.html o Personas que hayan tenido una infección de COVID-19 confirmada anteriormente hace menos de 90 días	Sí	Sí	Aíslese de inmediato y hágase la prueba lo antes posible. Quédense en casa hasta que sepa los resultados.
	Sí	No	No es necesario que se quede en casa. Vigile los síntomas y tome precauciones hasta el día 10. • Use una mascarilla bien ajustada cuando esté cerca de otras personas, dentro o fuera de su casa. • Evite viajar. • Evite estar cerca de personas de alto riesgo. Hágase la prueba 5 días después de la última vez que vio el persona con COVID-19, incluso si no tiene síntomas.
	No	Sí	Aíslese de inmediato y hágase la prueba lo antes posible. Quédense en casa hasta que sepa los resultados.
	No	No	No es necesario ponerse en cuarentena. Continúe con sus actividades habituales y ponga en práctica estrategias de prevención como el uso de una mascarilla en público, mantenerse a 6 pies de distancia de los demás, lavarse las manos con frecuencia, evitar tocarse la cara con las manos sin lavar, desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia y quedarse en casa cuando esté enfermo.
No vacunado o Vacunado PERO no al día con las dosis de refuerzo Averigüe si está al día con su vacuna. www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/stay-up-to-date.html	Sí	Sí	Aíslese de inmediato y hágase la prueba lo antes posible. Quédense en casa hasta que sepa los resultados.
	Sí	No	Póngase en cuarentena. Quédense en casa por lo menos 5 días completos. Vigile los síntomas y tome precauciones por 10 días completos. • Use una mascarilla bien ajustada cuando esté cerca de otras personas, dentro o fuera de su casa. • Evite viajar. • Evite estar cerca de personas de alto riesgo. Hágase la prueba 5 días después de la última vez que vio el persona con COVID-19, incluso si no tiene síntomas.
	No	Sí	Aíslese de inmediato y hágase la prueba lo antes posible. Quédense en casa hasta que sepa los resultados.
	No	No	No es necesario ponerse en cuarentena. Continúe con sus actividades habituales y ponga en práctica estrategias de prevención como el uso de una mascarilla en público, mantenerse a 6 pies de distancia de los demás, lavarse las manos con frecuencia, evitar tocarse la cara con las manos sin lavar, desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia y quedarse en casa cuando esté enfermo.

¿Se siente enfermo?

Aíslese de inmediato.
Hágase la prueba.

¿Tiene preguntas sobre el aislamiento o la cuarentena? Aprende más.

CDC www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html
 GADPH dph.georgia.gov/isolation-contact

NOTA: Los hospitales, establecimientos donde se reúnen muchas personas y personas inmunocomprometidas deben consultar al CDC para guianza. www.cdc.gov

Tengo COVID-19. ¿Qué debo hacer?

Tome estas medidas para ayudar a mantener a sus seres queridos y a la comunidad en buen estado de salud.

El COVID-19 es muy contagioso. Incluso si se siente bien, es importante tomar precauciones para proteger a los demás.



¡Hay una diferencia!

✖ El aislamiento
es para las personas enfermas o que han dado positivo en la prueba de COVID-19.

? La cuarentena
es para las personas que han estado expuestas a COVID-19, pero que no tienen síntomas.

- 1 Aíslese de los demás.** Aíslese en una habitación de su casa lejos de todos los demás miembros del hogar, incluyendo los cónyuges y los hijos, incluso durante las comidas. Si puede, use un baño separado. Si usted es el único cuidador en su hogar, use mascarillas y practique la distancia social cuando posible. **Aíslese en su casa lejos de otras personas durante un mínimo de 5 días desde que comenzaron sus síntomas o, si no ha tenido síntomas, un mínimo de 5 días desde que tuvo un resultado positivo en la prueba de COVID-19.** Después de 5 días, puede salir de su casa **SOLAMENTE** cuando no haya tenido fiebre durante 24 horas sin tomar medicamentos para reducir la fiebre y todos los síntomas hayan mejorado. Después de esos 5 días, continúe usando una mascarilla cuando esté cerca de otras personas por 5 días adicionales, incluso si no ha tenido síntomas y han pasado 5 días desde que tuvo un resultado positivo en la prueba de COVID-19.
- 2 Dígales a sus familiares, amigos y otros contactos cercanos que tiene COVID-19 para que puedan ponerse en cuarentena.** Dígales a las personas que usted tiene COVID-19, que han estado expuestas, y que necesitan estar en cuarentena si usted ha pasado más de 15 minutos a menos de 6 pies de distancia de ellos en cualquier momento en las 48 horas anteriores a que usted se enfermara o mientras estaba enfermo. No olvide las reuniones familiares, iglesias, fiestas, etc. Su familia, amigos y otros contactos cercanos deben estar en cuarentena durante el tiempo recomendado. Consulte las guías de los CDC.
- 3 Notifique a su empleador.** Notifique a su empleador que tiene COVID-19, y dígale con quién ha trabajado recientemente que estuvo a menos de 6 pies de distancia de usted durante 15 minutos o más.
- 4 Informe a las escuelas. Siga la póliza de cuarentena de la escuela.** Informe a las escuelas de cada uno de sus hijos que alguien en su hogar tiene COVID-19. Siga la política de cuarentena de la escuela.
- 5 Busque atención médica si la necesita.** Llame a su médico si tiene algún síntoma que sea grave o le preocupe. Busque atención médica de urgencia inmediatamente si sufre cualquiera de los siguientes síntomas*: dificultad para respirar, dolor persistente o presión en el pecho, confusión nueva, incapacidad de despertarse o mantenerse despierto, o labios o cara azulados.

*Esta lista no incluye todos los síntomas posibles.



¿Tiene más preguntas sobre qué hacer si tiene o ha estado expuesto a COVID-19?

Qué hacer si está enfermo, de los CDC www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html
Guía de cuarentena y aislamiento de los CDC www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html

I have COVID-19. What should I do?

Take these steps to help
keep your loved ones
and community well.

COVID-19 is very contagious. Even if you feel well, it's important to take precautions to protect others.



**There's
a difference!**

✖ Isolation

is for people who are ill with
or have tested positive for
COVID-19.

? Quarantine

is for people who have been
exposed to COVID-19 but are not
experiencing symptoms.

- 1 Isolate away from others.** Isolate in a room in your home away from all others in your household, including spouses and children, even during mealtimes. If you can, use a separate bathroom. If you are the only caregiver in a household, wear masks and practice social distancing when contact must occur. **Isolate at home away from others for a minimum of 5 days from symptom onset or, if you have not experienced symptoms, a minimum of 5 days from your positive COVID-19 test. After 5 days, you can leave your home ONLY when you've been fever free for 24 hours without the use of fever-reducing medication and all symptoms have improved. After those 5 days, continue to wear a mask around others for an additional 5 days, even if you have not experienced symptoms and 5 days have passed since your positive COVID-19 test.**
- 2 Tell family, friends and other close contacts you have COVID-19 so they can quarantine.** Let people know you have COVID-19, they have been exposed, and that they need to quarantine **if you've spent more than 15 minutes within 6 feet from them at any time in the 48 hours before you became sick OR while you were sick.** Don't forget family gatherings, churches, parties, etc. **Family, friends and other close contacts should quarantine for the recommended amount of time. Refer to CDC guidance.**
- 3 Notify your employer.** Notify your employer that you have COVID-19, and let them know who you've recently worked with who was within 6 feet from you for 15 minutes or more.
- 4 Inform schools. Follow the school's quarantine policy.** Inform the schools for each of your children that someone in your household has COVID-19. Follow school's quarantine policy.
- 5 Seek medical attention if you need it.** Call your medical provider with any symptoms that are severe or concerning to you. Seek emergency medical attention immediately if you experience any of the following*: trouble breathing, persistent pain or pressure in the chest, new confusion, inability to wake or stay awake, or bluish lips or face.

*This list is not all possible symptoms.



Do you have additional questions about what to do if you have or have been exposed to COVID-19?

CDC's What to do if you're sick. www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html

Quarantine and Isolation Guidance from CDC www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html

WHERE TO GET A COVID VACCINE



LEARN MORE

1 The COVID-19 vaccine is **FREE** at the Gwinnett, Newton & Rockdale County Health Departments.

2 You do not need health insurance in order to receive the vaccine.

3 All three vaccine options are available at our locations: Pfizer, Moderna, and Johnson&Johnson.

NO APPOINTMENT NEEDED

Walk-Up Services at our Health Centers:

 **Lawrenceville Health Center**
455 Grayson Hwy, Lawrenceville

 **Norcross Health Center**
5030 Georgia Belle Court, Norcross

 **Newton Health Center**
8203 Hazelbrand Road, Covington

 **Rockdale Health Center**
985 Taylor Street, Conyers



Get the latest vaccine guidance updates by visiting
www.gnrhealth.com/covid-vaccine-scheduling

Learn More:



DÓNDE RECIBIR LA VACUNA DE COVID



MÁS INFORMACION

1 La vacuna de COVID-19 es **gratuita** en los Departamentos de Salud de los condados de Gwinnett, Newton & Rockdale

2 No es necesario tener **seguro médico** para recibir la vacuna.

3 Las tres opciones de vacunas están disponibles en nuestros centros: Pfizer, Moderna y Johnson&Johnson.

NO ES NECESARIO TENER CITA

Servicios sin cita previa en nuestros Centros de Salud:

 **Centro de Salud de Lawrenceville**
455 Grayson Hwy, Lawrenceville

 **Centro de Salud de Norcross**
5030 Georgia Belle Court, Norcross

 **Centro de Salud de Newton**
8203 Hazelbrand Road, Covington

 **Centro de Salud de Rockdale**
985 Taylor Street, Conyers

