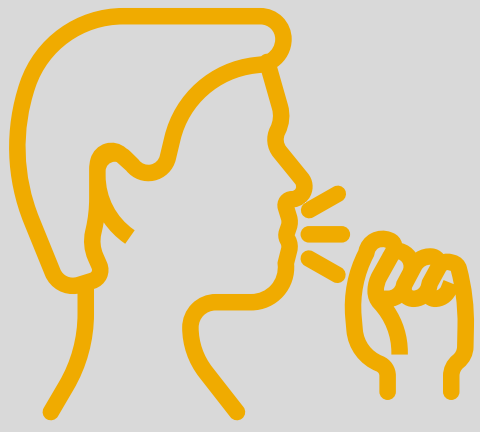


RECOMENDACIONES DEL CGCOM ANTE LA ACTUAL SITUACIÓN DE LA PANDEMIA

SI TIENE SÍNTOMAS COMPATIBLES CON LA COVID-19



Olvide que está vacunado o que ha pasado la COVID, y actúe como si fuera positivo e inicie el aislamiento.

Si es posible, contacte con su centro de salud (normalmente le darán cita para una PCR). Si no es posible, las pruebas de antígenos de venta en farmacias son muy fiables en las personas sintomáticas.

La dificultad para respirar es el síntoma más preocupante y requiere consulta médica urgente para su valoración.

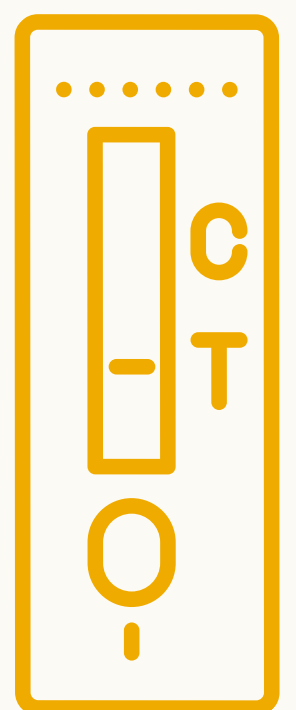
SI DA POSITIVO EN UNA PRUEBA DE ANTÍGENO DE LA FARMACIA

Inicie el aislamiento y use mascarilla FFP2. Contacte con su centro de salud.

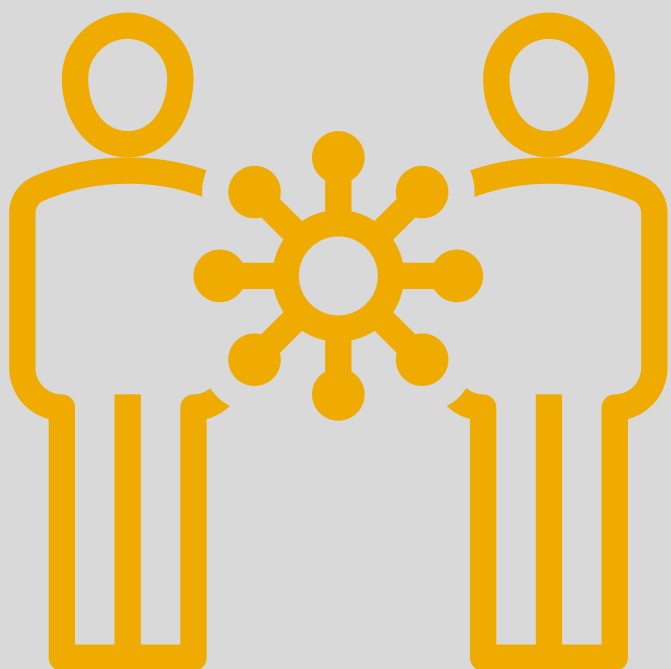
Probablemente lo citarán para realizarle una PCR y le darán instrucciones según su sintomatología. El aislamiento debe durar un mínimo de 10 días desde el inicio de síntomas (o la fecha de la prueba para los asintomáticos).

Es muy probable que sus convivientes se hayan contagiado. Son contactos, más que estrechos, estrechísimos.

Advierta también a las personas con las que recientemente haya compartido el aire que respira (sobre todo en los dos últimos días). La posibilidad de contagiar es más alta si el encuentro se produjo en espacios cerrados, mal ventilados, sin mascarilla, con proximidad y fue prolongado.



SI ES CONTACTO ESTRECHO



Las pruebas diagnósticas, incluyendo la PCR, no darán resultados positivos hasta los 3-5 días del contacto.

Si no está vacunado, debe aislarse e intentar contactar con los servicios sanitarios para la realización de una PCR (habitualmente lo citarán en torno al 5º día de la fecha del contacto).

Si está vacunado, debería hacer exactamente lo mismo que si no lo está. Actualmente, el Ministerio de Sanidad no obliga al aislamiento de los contactos estrechos vacunados (aunque algunas CC. AA., sí) y solo recomienda reducir encuentros y evitar el contacto con personas mayores y vulnerables. Es posible que esta recomendación pueda revisarse a la vista de la capacidad de transmisión de vacunados asintomáticos.

SI NO TIENE SÍNTOMAS Y NO ES CONTACTO ESTRECHO NI POSITIVO

Reduzca en lo posible el riesgo de ser caso o contacto estrecho de un caso. En tiempos festivos, como esta Navidad, debemos reducir nuestros encuentros. Si puede evitar contactos, de cualquier tipo, evítelos; y si no puede, mejor al aire libre. Si no puede ser al aire libre, mejor en locales bien ventilados, y manteniendo distancia y mascarilla siempre que sea posible. Tanto si está vacunado, como si no. Tanto si exigen pasaporte COVID-19 para entrar, como si no. Tanto si se ha hecho pruebas de antígenos, como si no.

Y cuando pueda, sobre todo si es mayor de 60 años, vaya a por su tercera dosis. No la postergue.

