



Información de autocuidado previo al procedimiento Se incluyen las precauciones sobre el COVID-19

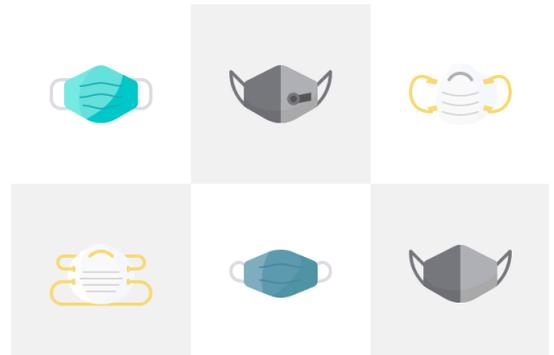
Gracias por confiar su atención a Community Medical Centers; su salud es nuestra máxima prioridad. Mientras se prepara para las pruebas de pre evaluación, ¡es el momento de descansar y de enfocarse en CUIDARSE! A continuación encontrará algunos recordatorios importantes mientras se autoaisla.

Autoaislamiento: Quédese en casa excepto para recibir atención médica

Los resultados de las pruebas generalmente están listos en **24 horas**. Mientras se autoaisla y espera los resultados y el procedimiento, debe restringir todas las actividades fuera del hogar, a menos que necesite atención médica. Desde el momento de la consulta hasta el día del procedimiento, usted y los miembros cercanos de su hogar solo deben salir de la casa cuando sea absolutamente necesario. Evite todos los lugares públicos. Restrinja las visitas; durante este tiempo, solo los miembros del hogar y los cuidadores deben ingresar al hogar.

Use una mascarilla

Favor de usar una mascarilla o un tapabocas de tela en lugares públicos donde las medidas de distanciamiento social son difíciles de mantener, como en los supermercados y las farmacias. Debe lavar el tapabocas de tela a diario. **Debe usarlo cuando venga al hospital para una consulta y el día del procedimiento.**



Cúbrase al estornudar y al toser

Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando tose o estornuda. Tire los pañuelos en un recipiente para la basura forrado; lávese inmediatamente las manos como se indica a continuación.

Límpiese y lávese las manos con frecuencia

Lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos o láveselas con un desinfectante a base de alcohol que contenga 60 a 95% de alcohol, cubriéndose todas las superficies de las manos y frotándolas hasta que las sienta secas. Si las manos están visiblemente sucias, debe usarse agua y jabón (no solo desinfectante). Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

Evite compartir artículos personales del hogar

No debe compartir platos, vasos, tazas, cubiertos, toallas o ropa de cama con otras personas o mascotas en el hogar. Después de usar estos artículos, deben lavarse a fondo con agua y jabón.

Limpie diariamente las superficies de "mucho uso"

Limpieza de las superficies de mucho uso puede reducir el riesgo de enfermarse. Las superficies de mucho uso incluyen la mesada de la cocina, las mesas, los controles remotos, las perillas de las puertas, los artefactos de baño, los inodoros, los teléfonos, los teclados, las tabletas y las mesitas de noche. Además, limpie cualquier superficie que pueda tener sangre, heces o líquidos corporales. Use un aerosol o toallita de limpieza, de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta. Las etiquetas contienen instrucciones para el uso seguro y efectivo del



producto de limpieza incluyendo las precauciones que se deben tomar al aplicar el producto, como el uso de guantes y asegurarse de tener una buena ventilación durante su uso.

Si se enferma

Controle los síntomas que presenta y si se enferma busque atención médica inmediata. Los síntomas, incluyendo la fiebre, la falta de aliento, los escalofríos y los dolores corporales, deben informarse al profesional de la salud de inmediato. Antes de buscar atención médica, llame a su profesional de la salud para informarle que se está preparando para un procedimiento y que se ha hecho una prueba del COVID-19. **Póngase una mascarilla antes de ingresar al consultorio médico o a cualquier edificio.** Estos pasos lo/la ayudarán a usted y a otras personas en el consultorio o en la sala de espera a no infectarse o exponerse.

Si tiene una emergencia médica, llame al 911 para obtener asistencia inmediata. De ser posible, póngase una mascarilla antes de que lleguen los servicios médicos de emergencia.

Llame con anticipación antes de ir a ver al médico

Si tiene una consulta médica programada, **antes de entrar a la clínica colóquese su propia mascarilla.** Si no tiene mascarilla, cúbrase la boca y la nariz con una bandana o una bufanda hasta que le den una. Una vez en la clínica, mantenga colocada la mascarilla todo el tiempo. Límpiase las manos con frecuencia, ya sea con agua y jabón durante 20 segundos, o cuando sea más práctico, con desinfectante para manos, especialmente antes de tocar las perillas de las puertas, los botones del ascensor u otras zonas de mucho contacto

Después del procedimiento

Mientras se recupera, debe continuar practicando todas las recomendaciones de cuidado personal mencionadas anteriormente. Quédese en casa, lávese las manos con frecuencia y use una mascarilla cuando haya otras personas a una distancia de 6 pies. Dependiendo de sus seres queridos para el apoyo en su curación y mantenga un ambiente limpio. Si se enferma, llame a su profesional de la salud. Cuando regrese para la consulta posterior al procedimiento, use la mascarilla de forma indicada.

Si tiene más preguntas o inquietudes, favor de comunicarse con su profesional de la salud.

