



ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS (COVID-19)

Usted tiene síntomas que pueden deberse a la COVID-19.

AISLAMIENTO OBLIGATORIO

El Gobierno de Canadá ha adoptado medidas de emergencia para frenar la introducción y la propagación de la COVID-19 en Canadá. Usted **DEBE AISLARSE durante 14 días y vigilar su salud para detectar la aparición de síntomas** en virtud del *Decreto para Reducir el Riesgo de Exposición a la COVID-19 en Canadá (Aislamiento Obligatorio) N.º 2*.

El cumplimiento de este decreto puede ser objeto de vigilancia, verificación y medidas de aplicación de la ley. Las personas que incumplan el decreto pueden ser detenidas en instalaciones de cuarentena y recibir multas o ser encarceladas.

DEBE AISLARSE SIN DEMORA

- **Vaya directa e inmediatamente al lugar en el que se aislará** y permanezca allí durante 14 días a partir de su fecha de llegada a Canadá.
- **No se aísle** en un lugar en el que estará en contacto **con personas vulnerables**, incluyendo en ellas a las que tienen un problema de salud subyacente, un sistema inmunitario frágil debido a un problema o tratamiento de salud, o más de 65 años.
- Asegúrese de disponer de un lugar adecuado para su aislamiento que cuente con **todo lo necesario** para la vida cotidiana.
- Asegúrese de **llover una máscara o una protección facial apropiada**, especialmente durante su desplazamiento.
- **Practique el distanciamiento físico** en todo momento.
- **No utilice el transporte público**. Utilice únicamente un modo de transporte privado, como un vehículo privado.
- **Evite el contacto con otras personas** durante su desplazamiento:
 - Permanezca en el vehículo todo lo que pueda.
 - No se aloje en un hotel.
 - Si necesita gasolina, pague en el surtidor.
 - Si necesita comida, acuda a un lugar con servicio al volante.
 - Si necesita utilizar una zona de descanso, póngase la máscara, sea consciente del distanciamiento físico y respete las buenas prácticas de higiene.





DEBE SEGUIR VIGILANDO SU SALUD PARA DETECTAR:

FIEBRE

TOS

DIFICULTAD PARA RESPIRAR

Si sus síntomas empeoran (tos, falta de aliento o fiebre igual o superior a 38 °C, o signos de fiebre como escalofríos, piel enrojecida o sudoración excesiva), llame inmediatamente a la autoridad de salud pública, descríbale sus síntomas e historial de viajes y siga sus instrucciones.

DURANTE SU AISLAMIENTO

Es importante:

- **Lavarse las manos a menudo** con agua caliente y jabón durante al menos 20 segundos o usar un desinfectante para manos a base de alcohol si no dispone de agua y jabón.
- **Evitar tocarse la cara.**
- **Cubrirse la boca y la nariz** con el brazo al toser o estornudar.
- **Limitar el contacto con otras personas** en el lugar del aislamiento, incluyendo niños y aquellos que no han viajado ni han estado expuestos al virus.

Usted DEBE:

- **Permanecer dentro** de su lugar de aislamiento.
- **No salir** de su lugar de aislamiento, a menos que necesite atención médica.
- **No usar el transporte público** (p. ej., autobuses, taxis).
- **No recibir visitas de nadie.**
- **No ir a la escuela, al trabajo ni a ninguna otra zona pública.**
- **Organizarse para que todo lo necesario para su vida cotidiana** (p. ej., alimentos, medicamentos, artículos de limpieza) le sea entregado en su lugar de aislamiento.

Siga las instrucciones proporcionadas y en línea:

www.canada.ca/en/public-health/services/publications/diseases-conditions/covid-19-how-to-isolate-at-home.html



AUTORIDADES DE SALUD PÚBLICA

PROVINCIAS Y TERRITORIOS	NÚMERO DE TELÉFONO	SITIO WEB
Colombia Británica	811	www.bccdc.ca/covid19
Alberta	811	www.myhealth.alberta.ca
Saskatchewan	811	www.saskhealthauthority.ca
Manitoba	1-888-315-9257	www.manitoba.ca/covid19
Ontario	1-866-797-0000	www.ontario.ca/coronavirus
Quebec	1-877-644-4545	www.quebec.ca/en/coronavirus
Nuevo Brunswick	811	www.gnb.ca/publichealth
Nueva Escocia	811	www.nshealth.ca/public-health
Isla del Príncipe Eduardo	811	www.princeedwardisland.ca/covid19
Terranova y Labrador	811 o 1-888-709-2929	www.gov.nl.ca/covid-19
Nunavut	1-867-975-5772	www.gov.nu.ca/health
Territorios del Noroeste	911	www.hss.gov.nt.ca
Yukón	811	www.gov.nl.ca/covid-19

Para obtener más información:

1-833-784-4397

canada.ca/coronavirus