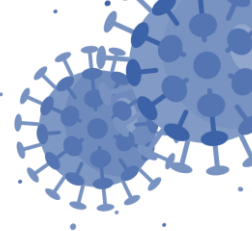


# J'ai été en contact étroit avec une personne testée positive à la COVID-19 : que dois je faire ?



Par **contact étroit**, on entend tout contact dans les 48 heures précédant l'apparition des symptômes chez cette personne ou, si elle est asymptomatique, dans les 48 heures précédant son test de dépistage, si ce contact s'est produit sans les mesures de protection nécessaires et que :

**Vous avez prodigué des soins à cette personne ou été en contact avec ses sécrétions ou fluides corporels**



**Niveau sanitaire/socio-sanitaire/familial**

**Vous avez été ensemble au même endroit, à moins de 2 mètres et pendant un laps de temps total cumulé de plus de 15 minutes en 24 heures**



**Niveau communautaire**

En cas de **contact étroit**, vous devez suivre les recommandations suivantes :

**Rester chez vous, de préférence dans votre chambre, pendant 10 jours à compter du dernier contact**

**Sortir le moins possible de votre chambre et éviter les contacts avec les personnes vivant avec vous**

**Renforcer les mesures de précaution. Si vous devez quitter votre chambre, portez un masque chirurgical**

**Surveiller l'apparition de symptômes (fièvre, toux, difficultés à respirer) pendant les 10 jours de quarantaine et les 4 jours suivants**

**Se laver les mains très souvent**

**Si possible, ne pas partager la salle de bain et les toilettes avec les autres personnes du domicile**



Vous devez vous organiser pour ne pas avoir à sortir de chez vous. Si toutefois vous êtes obligé de sortir, vous devez porter un **masque chirurgical**.



- Si des symptômes apparaissent, vous devez appeler votre médecin ou le numéro vert mis en place dans votre région afin d'informer que vous êtes un cas-contact.
- Si vous avez des difficultés à respirer, que votre état s'aggrave ou que vous pensez présenter des symptômes graves, appelez le 112.
- Pour en savoir plus, lisez les « Recommandations pour l'isolement à domicile des cas légers ».

21 décembre 2020

Consultez les sources officielles pour vous informer :

www.mscbs.gob.es | @sanidadgob

**#ESTE VIRUS  
LO PARAMOS UNIDOS**

