

# HOW TO USE A COVID-19 SELF-TEST KIT

## HOW TO USE THE SELF-TEST KIT

Each kit (box) has 2 tests inside. Use the tests if you have symptoms of COVID (fever, sore throat, cough, body aches, stuffy or runny nose, loss of taste or smell) or if you are going to be inside with other people who might not be vaccinated or might not be wearing masks. If you test negative the first time you should use the 2<sup>nd</sup> test 24 hours later to test yourself again. If you test positive the first time you do not need to test yourself again 24 hours later and can save the test for someone else or another time.

## WHAT TO DO IF I TEST POSITIVE

If you test positive either the 1<sup>st</sup> or 2<sup>nd</sup> time then you should isolate yourself. This means to stay home and to stay away from others in your home as much as you can. If you must be in the same room with someone else in your home you should both wear a well-fitting mask. Pay attention to your symptoms and get rest and fluids. If you have trouble breathing, persistent pain or pressure in your chest, new confusion, or have trouble staying awake you should seek emergency medical care. Even if you don't have any symptoms you should stay away from other people for at least 5 days. If you have symptoms you should stay away from other people for at least 5 days from the date you took the test and until you start to feel better and don't have a fever, vomiting or diarrhea for at least 24 hours. You should continue to wear a well-fitting mask when you are around other people for at least 5 more days.

## WHAT TO DO IF SOMEONE IN MY HOUSE OR SOMEONE I SPEND TIME WITH TESTS POSITIVE

If you are not vaccinated, or if you got your initial vaccination of Pfizer or Moderna more than six months ago, or if you got your initial vaccination of J&J more than two months ago, and you have not yet gotten a booster shot, then you should stay home and limit your contact with other people in the house for 5 days and continue to wear a well-fitting mask when you are around other people for at least 5 days. If you have gotten your booster shot then you do not need to stay home but you should wear a well-fitting mask when you are around other people for at least 10 days. No matter what you should monitor yourself for symptoms (fever, sore throat, cough, body aches, stuffy or runny nose, loss of taste or smell) and get tested if you don't feel well.

## WHAT TO DO ABOUT YOUR TEST RESULTS

You do not need to report your test results but if you test positive you should tell your employer that you must stay home for at least 5 days and you should tell your close contacts (people you have spent time with lately) that you have COVID-19, so that they can get tested and protect others, too. In addition, if a child who attends daycare or school tests positive, you should inform the institution.

## HOW TO PROTECT YOURSELF FROM COVID

There is a lot of COVID in the community right now and it can be hard to know when or where you might be with someone who is positive, but there are things you can do to lower the chance that you will get seriously ill from COVID. By getting vaccinated and boosted, wearing a well-fitting mask when you are around other people, limiting your time with people who are not wearing masks and staying home when you don't feel well you can help lower the number of people who end up in the hospital or die from COVID.

# HOW TO USE A COVID-19 SELF-TEST KIT

## COMO USAR LOS KITS DE PRUEBA

Cada kit (caja) tiene 2 pruebas adentro. Utilice las pruebas si tiene síntomas de COVID (fiebre, dolor de garganta, tos, dolor de cuerpo, congestión o secreción nasal, pérdida del gusto o olfato) o si va a estar adentro con otras personas que podrían no estar vacunados o no llevan puesta las máscaras. Si la prueba es negativa la primera vez, debe usar la segunda prueba 24 horas después para volver hacerse la prueba por segunda vez. Si la primera prueba es positiva, no es necesario que vuelva hacerse la segunda prueba. La prueba que no uso se puede guardar para otro momento o otra persona.

## QUE DEBES HACER SI TU PRUEBA SALE POSITIVA

Si la prueba resulta positiva la primera o segunda vez, debe aislarse. Esto significa quedarse en casa y alejarse de otras personas. Si debe estar en la misma habitación con otra persona en su hogar, ambos deben usar una máscara que le quede bien. Preste atención a sus síntomas y descance y tome líquidos. Si tiene problemas para respirar, dolor o presión persistente en el pecho, nueva confusión o problemas mantenerse despierto, debe buscar atención médica de emergencia. Incluso si no tiene ningún síntoma, debe mantenerse alejado de otras personas durante al menos 5 días. Si tiene síntomas debe mantenerse alejado de otras personas al menos 5 días a partir de la fecha en que realizó la prueba y hasta que comience a sentirse mejor y no tenga fiebre, vomito o diarrea durante al menos 24 horas. Debe continuar usando una máscara que le quede bien cuando esté cerca de otras personas durante al menos 5 días más.

## QUÉ HACER SI ALGUIEN EN MI CASA O ALGUIEN CON QUIEN PASE TIEMPO DAN POSITIVO

Si no está vacunado, o si recibió su vacuna inicial de Pfizer o Moderna hace más de seis meses, o si recibió su vacuna inicial de J&J más hace más de dos meses, y aún no ha recibido una vacuna de refuerzo, entonces debe quedarse en casa y limitar su contacto con otras personas en la casa durante 5 días y continuar usando una máscara que le quede bien cuando esté cerca de otras personas durante al menos al menos 5 días. Si ha recibido la vacuna de refuerzo, no es necesario que se quede en casa, pero debe usar una mascarilla que le quede bien cuando esté cerca de otras personas durante al menos 10 días. Independientemente debe monitorear usted mismo para detectar síntomas (fiebre, dolor de garganta, tos, dolores corporales, congestión o secreción nasal, pérdida del gusto u olfato) y hacerse la prueba si no se siente bien.

## QUE DEBE HACER CON LOS RESULTADOS DE SU PRUEBA

No necesita reportar sus resultados de su prueba. Pero si sus resultados son positivos, debe informar a su empleador que debe quedarse en su casa por al menos 5 días, y avisar a sus contactos cercanos (personas con las que ha pasado tiempo últimamente y pudieron ser expuesto) que tiene COVID-19. Es importante informar a sus contactos cercanos para que ellos puedan hacerse la prueba y proteger a otros también. Esto incluye niños que asiste a la guardería o la escuela, deben informar a la institución.

## COMO PROTEGERSE DE COVID

Hay mucho COVID en la comunidad en este momento y puede ser difícil saber cuando o dónde podría estar con alguien que es positivo, pero hay cosas que puede hacer para reducir la posibilidad que se enferme seriamente de COVID. Al vacunarse y poner su vacuna de refuerzo, usar una máscara que le quede bien cuando está cerca de personas, limitar su tiempo con otras personas que no usan máscaras y quedarse en casa cuando no se siente bien, puede ayudar a reducir la cantidad de personas que terminan en el hospital o morir de COVID.