



# THE CITY OF NEW YORK

DEPARTMENT OF HEALTH AND MENTAL HYGIENE  
Departamento de Salud y Salud Mental de la Ciudad  
de Nueva York

Michael R. Bloomberg  
Alcalde

Thomas R. Frieden, M.D., M.P.H.  
Comisionado

## Instrucciones para el alta del hospital para pacientes con el SARS

Estimado Paciente,

Le han diagnosticado recientemente el Síndrome Respiratorio Agudo Severo (SARS, en inglés). El SARS es un virus que produce una enfermedad respiratoria y que se contagia por medio del contacto cercano de persona a persona. Aunque es probable que se sienta mejor y ya le están dando el alta del hospital o clínica y le están enviando a su casa, otras personas en contacto cercano con usted podrían contagiarse. (Por “contacto cercano” debe entenderse alguien que vive con usted o que le cuida). **Para evitar el contagio de las personas que tienen contacto cercano con usted, por favor siga las siguientes pautas durante los 10 días SIGUIENTES a la desaparición de la fiebre Y la mejora de los síntomas respiratorios (tos, insuficiencia respiratoria o dificultad para respirar).**

- **Antes de dejar la clínica u hospital deben entregarle varias mascarillas para llevarse a su casa.** Debe usar la mascarilla durante el viaje a su casa desde la clínica u hospital. Cuando se encuentre cerca de otras personas, *aún en su propio domicilio*, debe usar una mascarilla que le cubra la nariz y la boca. Solicítele a su médico que le enseñe cómo usar la mascarilla correctamente. Si necesita más mascarillas, por favor llame a una farmacia cercana a su casa o póngase en contacto con su médico. Debe cambiarse la mascarilla por lo menos una vez por día o cada vez que ésta se moje o ensucie.
- **Tómese la temperatura dos veces por día y anótelas en un cuaderno o papel con la fecha y la hora.** Si está tomando aspirina, Tylenol (acetaminofeno), ibuprofeno o cualquier otro medicamento para bajar la fiebre, debe esperar 4 horas antes de tomarse la temperatura.
- **No debe salir de casa durante los 10 días SIGUIENTES a la desaparición de la fiebre y la mejora de los síntomas respiratorios.** Quédese en su casa, no vaya a trabajar ni a clase. (Si se sospecha que un niño tiene SARS, debe permanecer en su hogar y no deben llevarlo a la guardería u otro programa para niños). No salga a áreas públicas. Si necesita algo que no tiene en su hogar (como alimentos), pídale a sus familiares, amigos o vecinos que no estén enfermos que le hagan el favor de hacerle las compras.
- Tápese la boca y nariz con un pañuelo de papel cuando estornude, tosa o se suene la nariz – y no se olvide de lavarse las manos con agua y jabón después de arrojar el pañuelo usado a la basura.
- Mientras esté en su casa, limite al máximo posible el contacto con los que viven con usted. Duerma en una habitación separada. Evite los contactos cercanos como los besos.
- **Lávese las manos a menudo usando jabón y agua o frotándolas con alcohol.** El lavado de manos puede ser la mejor forma de evitar que otros se contagien. Debe lavarse las manos después de toser, estornudar, sonarse la nariz e ir al baño.
- Descarte los pañuelos de papel y las mascarillas en la basura.

- No comparta los cubiertos (cucharas, tenedores, tazas o vasos), toallas o ropa de cama (almohadas, sábanas o frazadas). Estos artículos pueden ser utilizados por otros después de limpiarlos con agua caliente y jabón. No comparta los cepillos de dientes, los cigarrillos ni las bebidas.
- Si sus fluidos corporales (secreciones de la nariz o boca, orina, vómito o materia fecal) entran en contacto con alguna superficie de la casa (como manijas de las puertas o cualquier otro objeto al estornudar o toser), se debe limpiar la superficie con un producto limpiador o desinfectante doméstico común. Después, enjuague la superficie con agua de la canilla. Si otra persona realiza la limpieza, debe usar guantes. Los guantes no deben reutilizarse y deben descartarse en la basura después de usarlos.
- Se teme que el virus del SARS pueda estar presente en la materia fecal de la persona infectada. Recomendamos que se limpie el inodoro con detergente o desinfectante después de cada deposición, especialmente si tiene diarrea.
- **El Departamento de Salud y Salud Mental de la Ciudad de Nueva York llamará a su hogar todos los días para controlar si usted está en su casa y para preguntar si alguno de sus familiares o personas que viven en su hogar se ha contagiado.**
- **Si sus síntomas empeoran o si se vuelven a manifestar, por favor llámenos de inmediato a los siguientes números de teléfono:**

Durante el horario de atención al público (de lunes a viernes, 9 a.m.-5 p.m.): Llame al 212-788-9830

Después del horario de atención al público: Llame al Centro de Control de Intoxicaciones de la Ciudad de Nueva York al 212-764-7667

Cuando llame, por favor infórmele a quien conteste que usted es un paciente con el SARS y solicite hablar con el médico de guardia.

**Si necesita ir al consultorio del médico, debe pedirle a algún familiar o amigo que lo lleve en automóvil.** NO viaje en transporte público (subterráneo o autobús). Por favor póngase en contacto con su médico antes de salir de su hogar y infórmele que le han diagnosticado el SARS. Use la mascarilla durante el viaje al consultorio del médico. Cuando llegue, acérquese directamente a la recepcionista para que le acompañe a una sala privada mientras espera que el médico le atienda. Intente sentarse lo más lejos posible de otras personas.

**Si se siente muy mal y necesita llamar al 911 para pedir una ambulancia para el transporte al hospital, infórmele a quien conteste que es probable que usted tenga el SARS, y repítaselo también al personal de la ambulancia cuando ésta llegue.**

- Si alguna persona que vive con usted o lo visita se contagia y manifiesta fiebre o síntomas respiratorios (tos, dificultad para respirar o insuficiencia respiratoria), por favor asegúrese de que él o ella llame al médico de inmediato. También comuníquese con el Departamento de Salud y Salud Mental de la Ciudad de Nueva York a los números de teléfono enumerados anteriormente.

Recuerde que debe seguir estas pautas durante los 10 días siguientes a la desaparición de la fiebre y la mejora de los síntomas respiratorios. Para más información, llame a su médico o visite el portal del Departamento de Salud y Salud Mental de la Ciudad de Nueva York (<http://www.nyc.gov/html/doh/html/cd/cdsars.html>) o el de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades ([www.cdc.gov/ncidod/sars](http://www.cdc.gov/ncidod/sars)).