

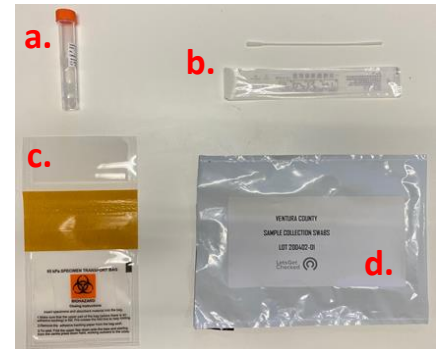
VENTURA COUNTY HEALTH CARE AGENCY

Colección de su Propia Muestra Nasal para COVID-19

1 Abra el paquete para tomar su propia muestra.

El paquete contendrá los elementos que se utilizarán para recolectar la muestra nasal para su examen.

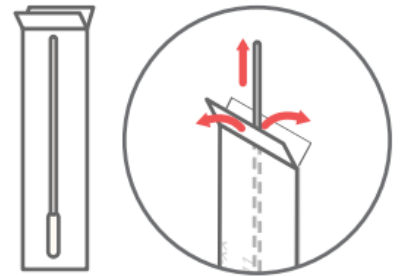
- Tubo para la muestra
- Cotonete nasal
- Bolsa para el tubo con la muestra
- Paquete con todos los elementos



2 Abra el paquete del cotonete.

Retire el cotonete nasal del envoltorio separando los dos extremos del envoltorio (como si abriera una curita).

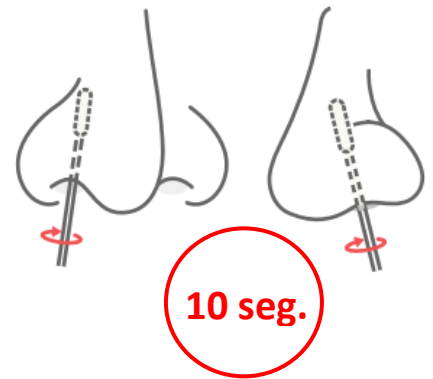
Tenga cuidado de tocar solo el mango y no la punta suave. No coloque el cotonete en ninguna superficie.



3 Frote cada fosa nasal por 10 segundos.

Introduzca **toda** la punta suave del cotonete en una fosa nasal hasta que sienta un poco de resistencia. Gire suavemente el mango para rotar el cotonete con movimientos circulares en su fosa nasal por **10 segundos**.

Inmediatamente, introduzca suavemente el mismo cotonete en la otra fosa nasal y gírelo con movimientos circulares por otros **10 segundos**. Debe recolectar muestras de ambas fosas nasales.

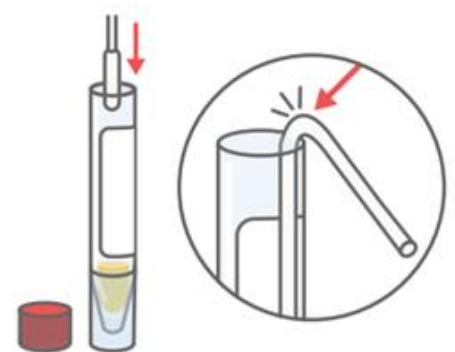


4 Coloque el cotonete en el tubo.

Desenrosque cuidadosamente la tapa del tubo, teniendo cuidado de no derramar el líquido. Introduzca la punta suave del cotonete **primero** en el tubo.

Una vez que la punta esté en la parte inferior, rompa el mango del cotonete en la parte superior del tubo, doblándolo hacia adelante y hacia atrás.

Atornille la tapa con fuerza.



5 Coloque el tubo en la bolsa para la muestra.

Coloque el tubo en la bolsa para la muestra y selle la parte superior de la bolsa. No retire el material absorbente ni el pedido de papel de la bolsa.

Baje la ventanilla de su automóvil lo suficiente para depositar la bolsa con la muestra en el contenedor de recolección.



6 Tire la bolsa a la basura del paquete.

No coloque el tubo con la muestra en la bolsa grande que guardaba los elementos para la prueba. Tire la bolsa a la basura cuando regrese a casa.



7 Los resultados de la prueba.

Un profesional de atención médica se comunicará con usted con los resultados de su prueba cuando estén disponibles, típicamente dentro de 2 a 7 días.

8 Quédese en su casa y cuídese.

Mientras espere los resultados de su prueba, quédese en su casa y cuídese. Descanse y manténgase hidratado/a. Tome medicamentos de venta libre, como acetaminofén (Tylenol), para ayudarlo/a a sentirse mejor. No salga de su hogar, excepto para recibir atención médica.

Vigile sus síntomas. La mayoría de las personas tienen una enfermedad leve y pueden recuperarse en casa. Comuníquese con su proveedor de atención médica si sus síntomas empeoran o busque atención médica inmediata si tiene problemas para respirar u otros síntomas graves o preocupantes para usted.

Para obtener más información sobre COVID-19 y cómo cuidarse si está enfermo, visite la página de la CDC <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html>