

Dos veces al día (por la mañana y por la noche) anote su temperatura y los síntomas de COVID-19 que pueda tener: **fiebre, tos** o **dificultad para respirar**. Haga esto todos los días por 14 días.





























1. Llene la hoja de registro con las fechas, comenzando con el día 0 y terminando con el día 14. El día 0 es el día que salió del país en el exterior o regresó a casa de un crucero.
2. Comience a registrar su temperatura y sus síntomas a partir de la fecha de hoy.
3. El monitoreo de su salud se completa 14 días después del día que salió del país en el exterior o regresó a casa de un crucero.

DÍA	FECHA	SÍNTOMAS	TEMPERATURA
DÍA 0	1 de abril, 2020	El día 0 es el día que salió del país en el exterior o regresó a casa de un crucero.	
DÍA 1	2 de abril, 2020	Sin síntomas	97.4 F
		Sin síntomas	98.6 F
DÍA 2	3 de abril, 2020	Sin síntomas	96.9 F
		Sin síntomas	98.6 F
DÍA 3	4 de abril, 2020	Sin síntomas	98.0 F
		Sin síntomas	98.6 F
DÍA 4	5 de abril, 2020	Sin síntomas	97.3 F
		Sin síntomas	98.6 F
DÍA 5	6 de abril, 2020	Sin síntomas	96.5 F
		Sin síntomas	98.6 F

Su registro de 14 días de su temperatura y sus síntomas



Anote sus síntomas y su temperatura en el espacio siguiente todos los días durante 14 días.

DÍA	FECHA	SÍNTOMAS	TEMPERATURA
DÍA 0		El día 0 es el día que salió del país en el exterior o regresó a casa de un crucero.	
DÍA 1		 	
DÍA 2		 	
DÍA 3		 	
DÍA 4		 	
DÍA 5		 	
DÍA 6		 	
DÍA 7		 	
DÍA 8		 	
DÍA 9		 	
DÍA 10		 	
DÍA 11		 	
DÍA 12		 	
DÍA 13		 	
DÍA 14		 	



Si se enferma: • Quédese en casa. Evite el contacto con otras personas. • Usted podría tener el COVID-19; la mayoría de las personas pueden recuperarse en casa sin atención médica. • Si tiene dificultad para respirar o está preocupado por sus síntomas, llame o envíe un mensaje de texto a su proveedor de atención médica. Dígame sobre su viaje reciente y sus síntomas. • Llame antes de ir al consultorio del médico o a la sala de emergencias.