



Estimado pasajero/Estimada pasajera:

¡Bienvenido/a (nuevamente) a los Países Bajos! Ha llegado al país procedente de una región con código de riesgo naranja, debido a la alta tasa de contagios de coronavirus. Si pretende permanecer en los Países Bajos, es importante que lea esta carta detenidamente y que cumpla todas las medidas.

### **Normas básicas y adicionales de cumplimiento general**

Se aconseja encarecidamente seguir todas las normas de conducta vigentes en los Países Bajos. Respete siempre una distancia interpersonal de 1,5 metros y evite aglomeraciones. Lávese las manos con frecuencia, cúbrase con la parte interior del codo si estornuda, use pañuelos de papel y tírelos después de cada uso. Tiene usted obligación de llevar una mascarilla no médica en el transporte público y en los espacios interiores de acceso público.

### **Cuarentena**

Diríjase directamente a su domicilio o lugar de alojamiento y permanezca en cuarentena domiciliaria durante 10 días. Esto implica que, durante dicho plazo, solo puede abandonar su domicilio o lugar de alojamiento en casos estrictamente necesarios, incluso aunque no tenga ningún síntoma. Debe permanecer en su domicilio o alojamiento, no mantener contactos con personas fuera de su unidad de convivencia y no usar el transporte público ni acudir a su trabajo. Limite también sus contactos con las personas con las que conviva en el mismo domicilio. Si después de 10 días no ha desarrollado ningún síntoma, podrá abandonar la cuarentena y salir al exterior. Si desarrolla algún síntoma, solicite lo antes posible que le hagan un test de detección. Tenga en cuenta que la cuarentena también puede tener consecuencias para el trabajo, la escuela o la guardería. Consulte la información más actual en [government.nl/coronavirus](https://government.nl/coronavirus). Si necesita ayuda o apoyo durante la cuarentena, descargue la guía para la cuarentena, a través de [rijksoverheid.nl/quarantainegids](https://rijksoverheid.nl/quarantainegids) (en neerlandés).

### **Cómo reconocer la COVID-19**

El coronavirus puede ocasionar la enfermedad COVID-19. Los síntomas más comunes de la COVID-19 son problemas en las vías respiratorias, tos, resfriado (nasal), secreción nasal, estornudos, dolor de garganta, pérdida de olfato o gusto, falta de aliento y febrícula o fiebre. Si desarrolla cualquiera de esos síntomas, quédese en casa o en su alojamiento y pida lo antes posible que le hagan una prueba. Llame al 0800-1202 o consulte [rijksoverheid.nl/coronatest](https://rijksoverheid.nl/coronatest). Importante: si sus síntomas empeoran (más de 38 grados de temperatura o dificultad para respirar), póngase en contacto telefónico con su médico de familia o con el servicio de guardia. Si se trata de una situación grave con riesgo para la vida, llame al 112.

Si desea más información sobre las medidas en los Países Bajos o quiere conocer las respuestas a las preguntas más frecuentes, consulte [rijksoverheid.nl/corona](https://rijksoverheid.nl/corona). A través de [www.coronamelder.nl](https://www.coronamelder.nl) puede usted descargar voluntariamente una aplicación que le avisa si ha estado cerca de alguien que ha resultado positivo en la prueba del coronavirus.

Su colaboración es enormemente importante y valorada, en interés de su propia salud y de la salud de quienes le rodean. Juntos controlaremos el coronavirus.

Le deseo mucho ánimo y le agradezco su colaboración.

Hugo de Jonge

*Ministro de Sanidad, Bienestar y Deporte*