



#StayStrongNC

Mantener su comunidad segura: Cuándo y cómo poner en cuarentena

7 DE OCTUBRE, 2020

La **cuarentena** sirve para que una persona *que pudo haber estado expuesta al COVID-19* se mantenga alejada de otras personas. La cuarentena ayuda a prevenir la propagación de la enfermedad, que puede producirse antes de que una persona sepa si está enferma o infectada por el virus sin tener síntomas.

Las personas en cuarentena deben quedarse en sus casas, mantenerse alejadas de otras personas, monitorear su salud y seguir las instrucciones de su departamento de salud local o estatal.

Cuarentena o aislamiento: ¿cuál es la diferencia?

- La **cuarentena** mantiene a una persona que pudo haber estado expuesta al virus alejada de otras personas.
- [El aislamiento](#) mantiene a quienes fueron infectados por el virus lejos de las demás personas, incluso en su casa.

¿Quiénes deben cumplir con la cuarentena?

Las personas que tuvieron contacto cercano con una persona con COVID-19, excepto las personas que ya tuvieron COVID-19 en los últimos 3 meses.

Las personas con resultado positivo en la prueba de detección del COVID-19 no necesitan hacer cuarentena o repetir la prueba por hasta 3 meses, siempre y cuando no vuelvan a manifestar síntomas. Las personas que vuelven a manifestar síntomas dentro de los 3 meses de su primer brote de COVID-19 pueden necesitar una nueva prueba de detección si no se identifica otra causa para sus síntomas.

¿Qué se considera contacto cercano?

- Si estuvo a menos de 6 pies de distancia de una persona que tiene COVID-19 por 15 minutos o más
- Si cuidó en casa a una persona enferma con COVID-19
- Si tuvo contacto físico con la persona (la abrazó o la besó)
- Si compartió utensilios para comer o beber
- Si la persona estornudó o tosió sobre usted, o si le llegaron de alguna otra manera sus gotitas respiratorias

Medidas que hay que tomar

Quédese en casa y monitoree su salud

- Quédese en casa por 14 días después de su último contacto con una persona que tiene COVID-19
- Esté atento a la aparición de fiebre (100.4 °F), tos, dificultad para respirar u [otros síntomas](#) del COVID-19
- De ser posible, manténgase alejado de los demás, especialmente de las personas con [mayor riesgo](#) de enfermarse gravemente a causa del COVID-19

Cuando iniciar y terminar la cuarentena

Debe quedarse en casa por 14 días a partir de su último contacto con una persona que tiene COVID-19.

En todas las siguientes situaciones posibles, incluso si su prueba de detección de COVID-19 es negativa o se siente bien, debe quedarse en casa (en cuarentena), ya que los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus.

Vea las situaciones posibles a continuación para saber cuándo puede suspender la cuarentena y estar con otras personas.

Situación 1: contacto cercano con una persona con COVID-19, pero no volverá a tener contacto cercano

Tuve contacto cercano con una persona que tiene COVID-19, pero no tendré más contacto ni interacciones con esa persona mientras esté enferma (por ejemplo, un colega, vecino o amigo).

Su último día de cuarentena es 14 días después de la fecha del contacto cercano.

Fecha del último contacto cercano con una persona que tiene COVID-19 + 14 días = final de la cuarentena



Tenga en cuenta que si su cuarentena comienza al mediodía del día 1, entonces debería finalizar al mediodía del último día.

Situación 2: contacto cercano con una persona que tiene COVID-19 y vive con la persona, pero puede evitar volver a tener contacto cercano

Vivo con una persona que tiene COVID-19 (por ejemplo, un compañero de cuarto, pareja, familiar) y esa persona se aisló en un dormitorio separado. No he tenido contacto cercano con la persona desde que se aisló.

Su último día de cuarentena es 14 días después de que la persona con COVID-19 se autoaisló en casa.

Fecha en la que la persona con COVID-19 inició el aislamiento en casa + 14 días = final de la cuarentena



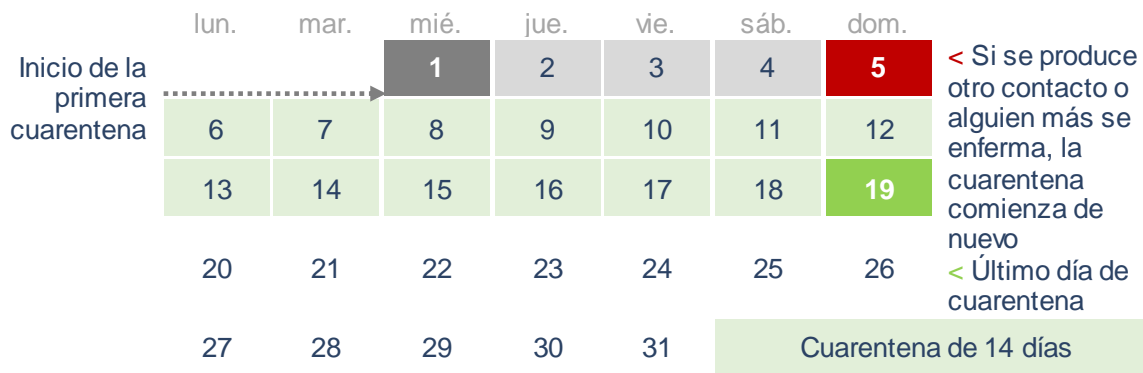
Tenga en cuenta que su cuarentena comienza al mediodía del día 1, entonces debería finalizar al mediodía del último día.

Situación 3: en cuarentena y siguió en contacto cercano con una persona con COVID-19

Vivo con una persona con COVID-19 e inicié mi período de cuarentena de 14 días porque tuvimos contacto cercano. ¿Qué sucede si tengo contacto cercano con la persona enferma durante mi cuarentena? ¿Qué sucede si otro miembro del hogar contrae el COVID-19? ¿Debo reiniciar mi cuarentena?

Sí. Deberá reiniciar su cuarentena a partir del último día de contacto cercano con cualquier persona de su hogar que tenga COVID-19. **Cada vez que se enferme con COVID-19 otro miembro del hogar y usted tenga contacto cercano con esa persona, deberá reiniciar su cuarentena.**

Fecha de otro contacto cercano con una persona que tiene COVID-19 + 14 días = final de la cuarentena



Tenga en cuenta que su cuarentena comienza al mediodía del día 1, entonces debería finalizar al mediodía del último día.

Situación 4: vive con una persona que tiene COVID-19 y no puede evitar el contacto cercano constante

Vivo en una casa en la que me es imposible evitar el contacto cercano con una persona que tiene COVID-19. Estoy a cargo del cuidado directo de la persona enferma, no tengo un dormitorio separado para aislar a la persona enferma o vivo en una casa con poco espacio en la que no puedo mantener la distancia física de 6 pies.

Debe evitar el contacto con personas fuera de su hogar mientras la persona esté enferma y cumplir una cuarentena de 14 días una vez que la persona con COVID-19 reúna los [criterios para suspender el aislamiento en su casa](#).

Fecha en la que la persona con COVID-19 termina su aislamiento + 14 días = final de la cuarentena



Tenga en cuenta que si su cuarentena comienza al mediodía del día 1, entonces debería finalizar al mediodía del último día.

Fuente del contenido: <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/quarantine.html>