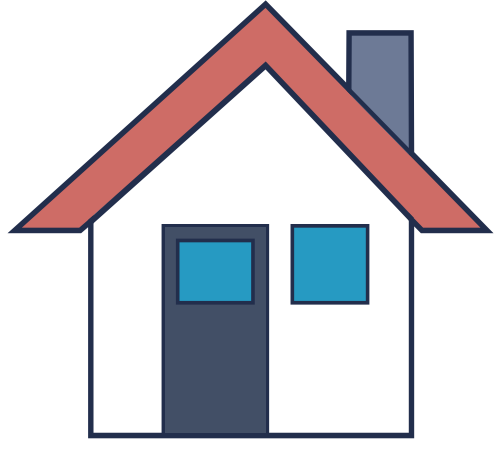


Opciones y recomendaciones de cuarentena por la COVID-19*

11 de diciembre de 2020



Cuarentena = mantener a una persona que puede haber estado expuesta a la COVID-19 alejada de los demás. Usted debe permanecer en cuarentena y quedarse en casa si tuvo contacto estrecho con una persona con COVID-19 O si usted participó en una actividad de alto riesgo como asistir a reuniones numerosas con personas que no viven con usted.

Si debe permanecer en cuarentena, la opción más segura es quedarse en casa durante 14 días. Si no puede quedarse en casa durante 14 días debido a dificultades económicas o de otro tipo Y no tiene síntomas, tiene dos opciones.

14 días

LO MÁS SEGURO

1

2

1. OPCIÓN SIN PRUEBA: quédese en casa durante 10 días. Si no tiene síntomas durante 10 días, termina la cuarentena. Monitoree sus síntomas, use una mascarilla y practique el distanciamiento social hasta el día 14.

10 días

6 pies

14 días

2. OPCIÓN CON PRUEBA: quédese en casa durante 7 días. Hágase la prueba el día 5, 6 o 7. Quédese en casa mientras espera los resultados. Si la prueba es negativa Y no tiene síntomas, termina la cuarentena. Monitoree sus síntomas, use una mascarilla y practique el distanciamiento social hasta el día 14.

7 días

Día 5, 6 o 7

6 pies

14 días

La cuarentena no puede terminar antes del día 7

Todas las personas que estén en cuarentena deben usar una mascarilla, practicar el distanciamiento social respecto de los demás, lavarse las manos frecuentemente y cooperar con los rastreadores de contactos si recibe una llamada.

6 pies

* La cuarentena acortada no se recomienda para entornos residenciales de alto riesgo como centros de cuidado a largo plazo, correccionales y hogares de grupo/refugios.