

# COVID-19

# AISLAMIENTO Y CUARENTENA

¿Tiene más preguntas? Visite: [www.vdh.virginia.gov/coronavirus/](http://www.vdh.virginia.gov/coronavirus/)

## ¿Cuál es la diferencia?

### Aislamiento

La separación de las personas que **tienen COVID-19** de otras.

Las personas aisladas deben quedarse en casa y separarse de los demás en el hogar tanto como sea posible.

### ¿Cuál es la diferencia?



### Cuarentena

La separación de las personas que estuvieron en **contacto cercano**<sup>1,2</sup> con una persona con COVID-19 de otras. Las personas en cuarentena deben quedarse en casa y vigilar su salud de cerca en caso de que se enfermen.

## ¿Cuándo es seguro reanudar las actividades normales?

### Estuve enfermo con COVID-19

Es seguro ponerle fin al aislamiento en el hogar cuando:  
Han pasado al menos **10 días** desde que aparecieron sus síntomas por primera vez. **AND**

No ha tenido fiebre durante al menos **24 horas** (sin el uso de medicamentos) **y** los otros signos de la enfermedad están mejorando.

### Me diagnosticaron COVID-19, pero nunca me enfermé

Es seguro ponerle fin al aislamiento en el hogar cuando:  
Han pasado al menos **10 días** desde el día en el que se recolectó su muestra para la prueba.

1. Estar en contacto cercano significa estar a 6 pies de una persona con COVID-19 por un total de 15 minutos o más durante un período de 24 horas **o** estar expuesto a las secreciones respiratorias de la persona (p. ej., que tosa o estornude sobre usted; que compartan un vaso o utensilios; que lo besen) mientras eran contagiosos. Se considera que una persona que tiene COVID-19 es contagiosa a partir de 2 días antes de enfermarse (o 2 días antes de la recolección de la muestra para la prueba si nunca tuvo síntomas) hasta que cumpla con los criterios para interrumpir el aislamiento.
2. Si se ha recuperado o ha sido completamente vacunado contra COVID-19 y tuvo contacto cercano, es posible que no necesite ponerse en cuarentena (quedarse en casa), pero aún debe estar atento a los síntomas durante 14 días después de la exposición y continuar usando una mascarilla, vigilar su distancia, evitar las multitudes y lavarse las manos. Consulte [www.vdh.virginia.gov/coronavirus/local-exposure/](http://www.vdh.virginia.gov/coronavirus/local-exposure/)
3. Separarse por completo significa no tener contacto, no pasar tiempo juntos en la misma habitación y no compartir ningún espacio (incluidos el dormitorio y el baño).

### La persona con la que estuve en contacto no vive en mi casa

El VDH recomienda que se ponga en cuarentena (se quede en casa) durante **14 días** después de su último contacto cercano con la persona con COVID-19.

### La persona con la que estuve en contacto vive conmigo

Si no puede separarse por completo<sup>3</sup> de la persona con COVID-19, el VDH recomienda que se ponga en cuarentena (se quede en casa) durante **14 días adicionales** después de que se le permitió a la persona con COVID-19 terminar el aislamiento.

### Lo más seguro es quedarse en casa durante 14 días después de su última exposición

Si no puede quedarse en casa durante 14 días y no tiene síntomas, podrá salir de casa:

- después de 10 días si no se ha hecho una prueba; o
- después de 7 días si obtiene un resultado negativo en una prueba de PCR o de antígeno que se realizó el día 5 o después.

Si finaliza la cuarentena antes de tiempo u obtiene un resultado negativo en la prueba durante su período de cuarentena, aún debe estar atento a los síntomas y seguir todas las demás recomendaciones (p. ej., usar una mascarilla, mantener la distancia y lavarse las manos con frecuencia) durante el período completo de 14 días.