



¿Qué hacer si estuvo expuesto a alguien con la enfermedad del coronavirus (COVID-19)

Si cree que estuvo expuesto a alguien con COVID-19, siga las recomendaciones a continuación para vigilar su estado de salud y no contagiar a otros si se enferma.

¿Cómo saber si estuvo expuesto?

Es probable que, para infectarse, haya que estar en contacto directo y estrecho con una persona que ya tenga síntomas de COVID-19 o durante las 48 horas previas (dos días) a que estos hayan aparecido. Contacto estrecho significa:

- vivir en la misma casa que una persona con COVID-19,
- cuidar a una persona con COVID-19,
- estar a una distancia de menos de 6 pies de una persona con COVID-19 durante por lo menos 10 minutos,
- estar en contacto directo con gotículas respiratorias de una persona con COVID-19 (p. ej., que esta persona haya tosido o estornudado cerca de usted sin protegerse o que usted haya compartido utensilios con ella).

Si no ha tenido contacto directo con una persona con COVID-19, su riesgo de exposición es menor. Puede continuar con las actividades normales. Debería estar atento a si presenta síntomas y, si se enferma, debería aislarse de los demás.

¿Qué debería hacer si estuve en contacto estrecho con alguien con COVID-19, pero no estoy enfermo?

Debería estar atento a si tiene fiebre (o signos de fiebre, como dolor en el cuerpo y escalofríos), tos, falta de aire o dolor de garganta durante los 14 días siguientes a la última vez que estuvo en contacto estrecho con una persona con COVID-19. No salga para ir a estudiar o trabajar. Evite las actividades y espacios públicos, así como las aglomeraciones de personas. Debería evitar los lugares públicos durante 14 días.

[Más información sobre cuando iniciar y terminar la cuarentena](#)

¿Qué debería hacer si me enfermo?

Si tiene fiebre (o signos de fiebre, como dolor en el cuerpo y escalofríos), tos, falta de aire o dolor de garganta, aunque los síntomas sean leves, puede tener COVID-19. Debería aislarse de los demás, incluso de los que viven con usted o pasan tiempo en su casa. No salga para ir a estudiar o trabajar. Evite las actividades y espacios públicos, así como las aglomeraciones de personas. Llame a su proveedor de atención médica y hágales saber que ha estado expuesto a alguien con COVID-19 para hacerse la prueba.

[Más información sobre qué hacer si está enfermo.](#)

Si tiene una emergencia médica y debe llamar al 911, dígame a la persona que lo atienda que es probable que haya estado expuesto al virus que causa la COVID-19. Si puede, póngase una mascarilla antes de que llegue el personal de emergencia o inmediatamente después.

Si tuve síntomas, ¿cuándo puedo reanudar mi actividad normal?

Si está enfermo, debe quedarse en su casa hasta que:

- hayan pasado 72 horas (tres días completos) desde la última vez que tuvo fiebre y que tuvo que tomar medicamentos para bajarla, Y
- los otros síntomas hayan mejorado, Y
- hayan pasado por lo menos diez días desde el inicio de los primeros síntomas.

Si su prueba viral es negativa para COVID-19, probablemente no estaba infectado en el momento en que se recolectó su muestra. No obstante, eso no significa que no se enfermará. El resultado de la prueba solo significa que no tenía COVID-19 al momento de realizarse la prueba. You might test negative if the sample was collected early in your infection and test positive later during your illness. También es posible que haya estado expuesto al COVID-19 después de haberse realizado la prueba y se haya infectado.

Para obtener más información sobre el COVID-19 y cómo protegerse, visite el siguiente sitio web:

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html>