

# ¿Cuándo comenzar y finalizar la cuarentena?



Debe quedarse en casa durante 14 días después del último contacto con una persona que tiene COVID-19.

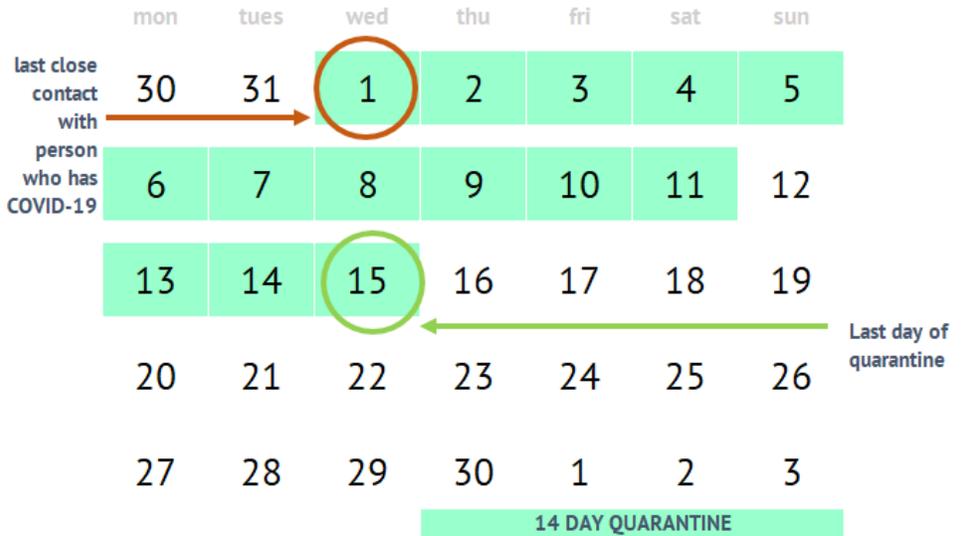
Para todas las siguientes situaciones, incluso si su prueba de COVID-19 es negativa o si se siente saludable, debe quedarse en casa (cuarentena) porque los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus. Tenga en cuenta que, para todas estas situaciones, si su cuarentena comienza al mediodía del día 1, finalizará al mediodía del último día.

Si ha sido inmunizado por completo y han pasado al menos 14 días desde que se le administró la última dosis de la vacuna de dos dosis o han pasado 14 días desde que le dieron la vacuna de una sola dosis, no es necesario que haga cuarentena. Debe estar atento a la aparición de síntomas durante los 14 días después de la exposición. Si aparecen síntomas, quédese en casa salvo cuando acuda al médico o para realizarse una prueba.

Si ha dado positivo en COVID-19 en los últimos 90 días, no es necesario que haga cuarentena luego de una exposición. Debe estar atento a la aparición de síntomas durante los 14 días después de la exposición. Si aparecen síntomas, quédese en casa salvo cuando acuda al médico o para realizarse una prueba.

## Situación 1: Contacto cercano con alguien que tiene COVID-19; no tendrá más contacto cercano.

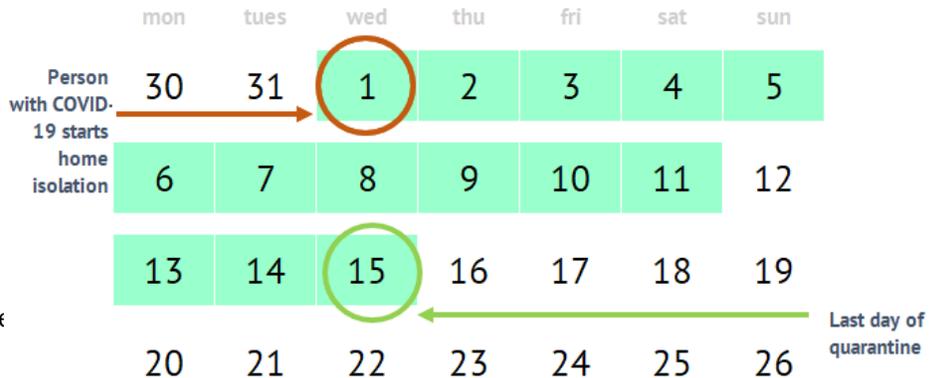
Tuve contacto cercano con alguien que tiene COVID-19 y no tendré más contacto o interacciones con la persona mientras esté enferma (por ejemplo, compañero de trabajo, vecino o amigo).



Su último día de cuarentena es 14 días a partir de la fecha en que tuvo contacto cercano.

Fecha del último contacto cercano + 14 días = fin de la cuarentena

## Situación 2: Contacto cercano con alguien que tiene COVID-19: vive con la persona,



Adaptado de

pero puede evitar un contacto más cercano.

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

Su último día de cuarentena es 14 días desde que la persona con COVID-19 comenzó el aislamiento domiciliario.

Fecha en que la persona con COVID-19 comenzó el aislamiento domiciliario + 14 días = fin de la cuarentena

### Situación 3: Vive con alguien que tiene COVID-19 y no puede evitar el contacto cercano continuo.

Vivo en un hogar donde no puedo evitar el contacto cercano con la persona que tiene COVID-19. Brindo atención directa a la persona que está enferma, no tengo un dormitorio separado para aislar a la persona que está enferma, o vivo en lugares cerrados donde no puedo mantener una distancia física de 6 pies.

Debe evitar el contacto con otras personas fuera del hogar mientras la persona esté enferma y hacer cuarentena durante 14 días después de

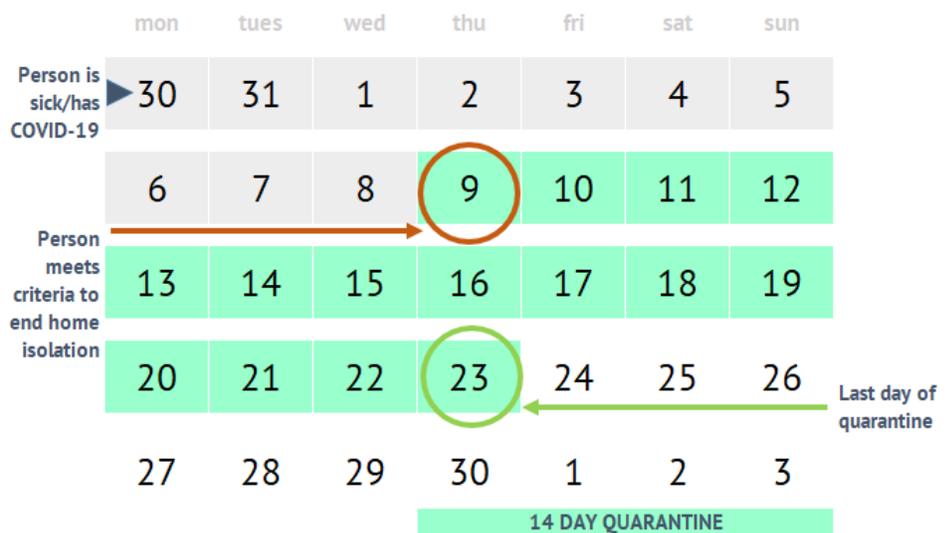
que la persona que tiene COVID-19 cumpla con los criterios para terminar con el aislamiento en el hogar. Obtenga más información sobre el tiempo de aislamiento en

<https://health.wyo.gov/wp-content/uploads/2020/11/When-to-start-and-end-isolation-COVID19-11520.pdf>

Fecha en que la persona con COVID-19 termina el aislamiento domiciliario + 14 días = fin de la cuarentena

Los CDC publicaron dos opciones para reducir el período de cuarentena. Estas opciones son:

- Finalizar la cuarentena **después de** 10 días si se controló a diario y no tuvo **ningún** síntoma. En este caso, las personas que cumplen con este criterio podrían retomar sus actividades habituales a partir del día 11 después de la exposición.
- Finalizar la cuarentena **después de** 7 días si se controló a diario y no tuvo **ningún** síntoma **Y** tuvo una prueba PCR negativa tomada el día 5 o después. **Bajo ninguna circunstancia puede interrumpirse la cuarentena antes de los 7 días completos desde la exposición.** En este caso, las personas que cumplen con este criterio podrían retomar sus actividades habituales a partir del día 8 después de la exposición.



Si decide elegir una de las opciones anteriores para acortar el período de cuarentena, debe seguir controlando los síntomas los 14 días completos. El WDH recomienda que siga tomando medidas para protegerse y proteger a otros, como evitar las aglomeraciones, distanciamiento social, uso correcto y regular de mascarilla, e higiene de manos y cuando tose durante los 14 días completos.

---

**Sus fechas de cuarentena:**

Fecha del último contacto con  
caso positivo de COVID-19: \_\_\_\_\_

Fecha de inicio de la cuarentena: \_\_\_\_\_

Fecha de finalización de la  
cuarentena: \_\_\_\_\_