

Guía de **Aislamiento** en el Hogar para Personas Que Han Dado Positivo a COVID-19 o Que Tienen Síntomas de COVID-19* (revisado – 21 de abril, 2021)

El **aislamiento** es para las personas que han dado **positivo** a COVID-19 o que tienen **síntomas** de COVID-19* y están esperando un resultado o diagnóstico. Esto previene la propagación de COVID-19 al pedirles a las personas con COVID-19 (y aquellos con síntomas) mantenerse aislados de otros hasta que se recuperen completamente y no puedan transmitir el virus.

Si usted ha dado **POSITIVO** a COVID-19 o tiene síntomas de COVID-19*, debe **aislarse** en el hogar por un tiempo específico – usualmente alrededor de 10 días.

“Quedarse en Aislamiento” significa que usted debe:

- **Quedarse en el hogar**, excepto para cuidado médico esencial. Esto incluye:
 - **No ir a trabajo** (aun si trabaja en un servicio esencial[†]), **escuelas, o áreas publicas**
 - **No usar el transporte público, viajes compartidos o taxis**
- **Separarse** de otros en su hogar, lo más que se puede. Quedarse en un cuarto y use un baño separado de ser posible. **Si no se puede separar de otros en casa, debe usar una mascarilla.**
- **Cubrirse** la tos y estornudos con un pañuelo o con el codo.
- **Lavarse** las manos constantemente con agua tibia y jabón por al menos 20 segundos.
- **Evitar tocarse** los ojos, nariz y boca.
- **No compartir artículos** en su casa como platos, vasos, utensilios y ropa de cama.
- **Limpiar** superficies que se usan frecuentemente (mesas, cerraduras, enchufes, escritorios, teclados, baños, etc.) diariamente.
- **Cancelar** todas las citas no esenciales y llame a su doctor antes de ir a sus citas médicas.
- **Monitorear sus síntomas** y busque cuidado médico si empeora. **Antes de ir a su cita médica**, llame a su doctor y dígame que tiene o está siendo evaluado por COVID-19.

Los días que debe **aislarse** en el hogar **depende de:**

- Sus resultados de COVID-19;
- Sus síntomas;
- Si fue un contacto cercano de alguien con COVID-19;
- Si está completamente vacunado o si ha tenido COVID-19 anteriormente;
- Que tan enfermo esta; y
- Si su sistema inmune esta débil.



Siga la Gráfica de Aislamiento en el Hogar en el reverso de esta hoja para determinar que tanto tiempo debe aislarse en el hogar.

*Los síntomas consistentes con COVID-19 pueden ser de leves a severos e incluyen:

Symptoms of COVID-19 can range from mild to severe illness and may include:

- | | | |
|-----------------------------------|---|--|
| • Tos | • Falta de aire o dificultad para respirar | • Fiebre o escalofríos |
| • Dolores musculares o corporales | • Dolor de cabeza | • Fatiga (no como síntoma único en el entorno escolar) |
| • Náusea o vomito, diarrea | • Dolor de garganta, congestión o flujo nasal | • Pérdida reciente del gusto u olfato |

Revise [CDC](https://www.cdc.gov) para los síntomas más recientes.

[†]Los servicios esenciales están definidos en la Orden Ejecutiva del Gobernador Ducey: https://azgovernor.gov/sites/default/files/eo_2021.pdf

Guía de Aislamiento en el Hogar por COVID-19

Revisado el 21 de abril de 2021 – A medida que las recomendaciones se han multiplicado, el tamaño del texto se ha vuelto más pequeño. Considere imprimir en papel más grande o agrandar la página en su computadora.

***Síntomas de COVID-19** pueden variar de leve a grave, pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición y pueden incluir:

| | | |
|--|--|-------------------------------------|
| Tos | Falta de aire o dificultad para respirar | Pérdida reciente del gusto u olfato |
| Fiebre o escalofríos | Dolor muscular o corporal | Dolor de cabeza |
| Náusea o vómito, o diarrea | Dolor de garganta | Congestión o flujo nasal |
| Fatiga (no como síntoma único en el entorno escolar) | | |

INICIE AQUÍ
¿Ha experimentado algún síntoma compatible con COVID-19*?

¿Infección previa por COVID-19? Si usted dio positivo a la prueba de COVID-19 mediante PCR o prueba de antígeno, se recuperó, y completó su periodo de aislamiento en los últimos 90 días, no es necesario **aislarse** si vuelve a dar positivo a la prueba de COVID.

SI, tengo/tuve síntomas.
¿Es usted un **contacto cercano**** de alguien con COVID-19

****Contactos Cercanos** son aquellos que han estado a **menos de dos metros** de una persona con COVID-19 mientras están en periodo de infección por un total acumulado de **15 minutos o más durante un periodo de 24 horas** o quienes tuvieron **contacto físico** con una persona que tiene COVID-19, sin importar si usaba mascarilla o no.

NO, no he tenido síntomas.
¿Es usted un **contacto cercano**** de alguien con COVID-19

SÍ, soy un contacto cercano.
¿Ha sido **vacunado por completo**† contra el COVID-19, y/o **tuvo COVID-19**‡ en los últimos 90 días?

NO, no soy un contacto cercano.
¿Se hizo una prueba de **PCR o Antígeno**§ para detectar COVID-19 y conoce su resultado?

NO, no soy un contacto cercano.
¿Se hizo una prueba de **PCR o Antígeno**§ para detectar COVID-19 y conoce su resultado?

SÍ, soy un contacto cercano.
¿Se hizo una prueba de **PCR o Antígeno**§ para detectar COVID-19 y conoce su resultado?

†Ud. está completamente vacunado contra el COVID-19 si recibió su segunda dosis de una serie de vacunas de 2 dosis (o la primera/única dosis de una serie de vacunas de 1 dosis) hace al menos 14 días.

SÍ, completamente vacunado y/o previamente con COVID-19.
¿Se hizo una prueba de **PCR o Antígeno**§ para detectar COVID-19 y conoce su resultado?

NO, NO ME HE HECHO LA PRUEBA o **SÍ, NEGATIVO**
Usted **no necesita aislarse.**

SI, ESPERANDO MIS RESULTADOS
No es necesario que se aisle **por ahora**, pero debe reevaluar cuando reciba su resultado

SI, POSITIVO
Aíslese hasta que pasen al menos **10 días** desde su prueba.

SI, NEGATIVO o **SI, ESPERANDO MIS RESULTADOS** o **NO, NO ME HE HECHO LA PRUEBA**
Usted **puede** estar sujeto a **CUARENTENA**.
Vea la guía de **CUARENTENA** para más detalles en: Maricopa.Gov/COVIDquarantine

NO, no ha sido completamente vacunado y no ha tenido COVID-19
Independientemente de los resultados de las pruebas: **Aíslese hasta que pasen al menos 10 días** desde que aparecieron sus síntomas, **Y 24 horas** desde que pasó la fiebre **sin** medicamentos para reducirla, **Y** sus otros síntomas han mejorado. Consulte también las **EXCEPCIONES** para **SÍ, POSITIVO** a la derecha.

SI, NEGATIVO
Aíslese hasta que pasen al menos **24 horas** desde su última fiebre **sin** usar medicamentos reductores de fiebre, **Y** sus otros síntomas han mejorado.

SI, ESPERANDO MIS RESULTADOS o **NO, NO ME HE HECHO LA PRUEBA**
Si usted esta esperando los resultados de las prueba o no se ha hecho la prueba, empiece siguiendo la guía de **POSITIVO**, y reevalúe cuando se haga la prueba y/o reciba los resultados

SI, POSITIVO
Aíslese hasta que pasen al menos **10 días** desde que aparecieron sus síntomas, **Y 24 horas** desde que pasó la fiebre **sin** medicamentos para reducirla, **Y** sus otros síntomas han mejorado.

§Las pruebas PCR o de antígeno para el COVID-19 generalmente requieren un hisopo nasal o de garganta o una muestra de saliva. Si usted se hizo una prueba de sangre, esta no fue una prueba de PCR o de antígeno. Debe seguir las instrucciones para "NO, NO ME HE HECHO LA PRUEBA."



EXCEPCIÓN ESPECIAL: Otra Enfermedad Infecciosa
Si su doctor le da una nota diciendo que sus síntomas son causados por otra enfermedad infecciosa y **confirmado por un laboratorio** (infección de garganta, influenza), puede seguir la guía **NEGATIVA**.

EXCEPCIÓN ESPECIAL: Condición Crónica Conocida y No Infecciosa
No es necesario aislarse si sus síntomas son causados por una condición crónica conocida (alergias, asma). Un doctor debe darle una nota **solo** si esta en el entorno escolar.

EXCEPCIÓN ESPECIAL: Enfermedad Seria
Si usted ha sido internado en Cuidados Intensivos por COVID, debe aislarse hasta al menos **20 días** desde que aparecieron los síntomas, **Y 24 horas** desde su última fiebre **sin** el uso de medicamento reductor de fiebre, **Y** sus otros síntomas han mejorado.

EXCEPCIÓN ESPECIAL: Severamente Inmunocomprometido
Si tienen sistema inmune débil, debe aislarse hasta al menos **20 días** desde que aparecieron los síntomas, **Y 24 horas** desde su última fiebre **sin** el uso de medicamento reductor de fiebre, **Y** sus otros síntomas han mejorado.

EXCEPCIÓN ESPECIAL: Enfermedad Seria
Si usted ha sido internado en Cuidados Intensivos por COVID, debe aislarse hasta al menos **20 días** desde que se tomó su muestra de la prueba positiva.

EXCEPCIÓN ESPECIAL: Severamente Inmunocomprometido
Si tienen sistema inmune débil, debe aislarse hasta al menos **20 días** desde que se tomó la muestra de su prueba positiva (o más, según lo determine su médico.)

Enfermedad seria, ejemplo; hospitalizado en cuidado intensivos. Para más detalles vea www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/disposition-hospitalized-patients.html

Gravemente inmunocomprometido incluye estar en quimioterapia por cáncer, tratamiento de infección de VIH con CD4 lymphocyte de < 200, combinado primariamente desorden de inmunodeficiencia, uso de prednisona >20mg/día por más de 14 días, o células madres hematopoyética o trasplante de órganos solido en el último año.