

¿Cuánto tiempo debo ponerme en cuarentena?



Una cuarentena de 14 días sigue siendo la opción más segura, pero hay otras opciones de cuarentena disponibles. Cualquier persona que haya estado en contacto cercano con alguien con COVID-19 debe **vigilar los síntomas (monitor for symptoms) durante 14 días.**

Siga todas las recomendaciones de salud pública, como el uso de mascarillas, el lavado de manos, el distanciamiento físico y evitar las reuniones durante los 14 días completos posteriores al contacto cercano.

Cuarentena de 14 días

Se recomienda una cuarentena de 14 días si es tuvo un contacto cercano con alguien que tiene COVID-19. **Una cuarentena de 14 días es la estrategia más eficaz para reducir la propagación de COVID-19 y puede ser necesaria en algunas circunstancias o entornos.**

ÚLTIMO CONTACTO CERCANO	1	2	3	4	5	6	7
	cuarentena						
	8	9	10	11	12	13	14

Cuarentena de 10 días

La cuarentena puede terminar después de 10 días si no ha desarrollado ningún síntoma. Continúe vigilando los síntomas de COVID-19 hasta el día 14 después de su último contacto cercano. **Esta duración de la cuarentena puede no ser aceptable en algunas circunstancias o entornos.** Consulte con su departamento de salud local, empleador o institución para conocer los requisitos de cuarentena aplicables.

ÚLTIMO CONTACTO CERCANO	1	2	3	4	5	6	7
	cuarentena						
	8	9	10	11	12	13	14
				siga vigilando los síntomas	



Cuarentena de 7 días con prueba negativa

La cuarentena puede terminar después de 7 días si no ha desarrollado ningún síntoma y **tiene un resultado de la prueba PCR o antígeno (PCR or antigen) negativo recogido el día 6 o 7** (dentro de las 48 horas posteriores al final de la cuarentena). Continúe vigilando los síntomas de COVID-19 hasta el día 14 después de su último contacto cercano. **Esta duración de la cuarentena puede no ser aceptable en algunas circunstancias o entornos.** Consulte con su departamento de salud local, empleador o institución para conocer los requisitos de cuarentena aplicables.

ÚLTIMO CONTACTO CERCANO	1	2	3	4	5	6	7
	cuarentena					se recogieron para la prueba	
	8	9	10	11	12	13	14
 siga vigilando los síntomas					

Cuarentena después de la vacunación

Si ha sido completamente vacunado contra el COVID-19, lo que significa que han pasado al menos dos semanas desde que recibió su última dosis de la serie de vacunas, y estuvo en contacto cercano con alguien con el COVID-19, no tiene que ponerse en cuarentena. Sin embargo, debería:

- Hacerse la prueba entre 3 a 5 días después de la exposición y continuar vigilando los síntomas durante 14 días después de su último contacto cercano.
- Usar una mascarilla en los espacios públicos interiores durante 14 días después de la exposición o hasta que reciba un resultado negativo de la prueba del COVID-19.

Si, en cualquier momento, presenta algún síntoma del COVID-19, aíslese de los demás, comuníquese con su proveedor de atención médica y hágase la prueba.

ÚLTIMO CONTACTO CERCANO	1	2	3	4	5	6	7
 Esté atento a los síntomas y use una mascarilla			Prueba colectada			
	8	9	10	11	12	13	14
						