

Cómo hacer una cuarentena

Su hijo es un contacto cercano de alguien que ha dado positivo al COVID-19. **Por esta razón, su hijo debe estar en cuarentena por 14 días.**

Las personas en cuarentena deben quedarse en casa, separarse de las demás y monitorear su salud.

Una persona con COVID-19 podría no sentirse enferma ni tener ningún síntoma, pero aun así contagiar a otros. La cuarentena mantiene a los contactos cercanos lejos de otras personas. Esto ayuda a reducir las probabilidades de propagar el COVID-19.

Según el CDC, un **contacto cercano** es "[cualquier persona que estuvo a una distancia de 6 pies o menos de una persona infectada con COVID-19 por al menos 15 minutos](#) durante las 48 horas antes de que la persona comenzara a sentirse enferma hasta que la persona enferma comenzó a aislarse".

Cuarentena = 14 días

El periodo de cuarentena de 14 días comienza el día en que su hijo estuvo expuesto a la persona que dio positivo a la prueba de COVID-19. **Su hijo debe continuar la cuarentena de 14 días aun si él o ella da negativo a la prueba de COVID-19 o se siente saludable.** Esto es porque los síntomas del COVID-19 pudieran no aparecer sino hasta [2 a 14 días después de la exposición](#) al virus.

Lo que debe hacer una persona en cuarentena

- Debe quedarse en casa por 14 días después de su último contacto con una persona que tenga COVID-19.
 - Los niños no deben ir a la escuela ni a la guardería en persona.
 - No debe participar en actividades deportivas como juegos, lecciones ni otras actividades.
- Debe quedarse en casa hasta que absolutamente tenga que salir. Si necesita salir de su casa:
 - Use una cubierta para la cara que le cubra la nariz y la boca
 - Limite el contacto con otros
 - Guarde una distancia de 6 pies de otras personas
 - Evite ir a lugares donde haya mucha gente, tales como tiendas y teatros
- No reciba visitas en su casa.
- Manténgase alejado de otros, especialmente de personas que estén en un [riesgo mayor](#) de enfermarse de gravedad con el COVID-19, si es posible.
- Vigile las señales y síntomas del COVID-19.
 - Los [síntomas](#) incluyen fiebre (100.0°F [38°C] o más alta), escalofríos, tos, dolor de garganta, dificultad para respirar, cansancio, dolor de cabeza, congestión o goteo nasal, dolores musculares o en el cuerpo, nueva pérdida del gusto o el olfato, náuseas o vómitos, diarrea.
 - **Si presenta [señales de alerta de emergencia](#) como dificultad para respirar o dolor de pecho, busque atención médica inmediatamente.**
- Consulte con su proveedor de atención médica y visite el sitio web del CDC (www.cdc.gov/coronavirus) para aprender más sobre el COVID-19.
- Aprenda sobre el alojamiento gratis para las personas que no se pueden autoaislar de manera segura debido al COVID-19 [aquí](#) bajo el título "Centro de aislamiento".

Síntomas del coronavirus (COVID-19)

Conozca los síntomas del COVID-19, que pueden incluir:

Tos, falta de aire o dificultad para respirar

Fiebre o escalofríos

Dolor en el cuerpo o los músculos

Vómito o diarrea

Pérdida reciente del gusto o del olfato

Los síntomas pueden ser de leves a graves, y aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus que causa el COVID-19.

Busque atención médica de inmediato si alguien tiene signos de advertencia de una emergencia del COVID-19

- Dificultad para respirar
- Dolor o presión persistentes en el pecho
- Estado de confusión de aparición reciente
- No puede despertarse o permanecer despierta
- Labios o cara azulados

Esta lista no incluye todos los síntomas posibles. Llame a su proveedor de atención médica si tiene cualquier otro síntoma que sea grave o que le preocupe.

Centers for Disease Control and Prevention
National Center for Emerging and Zoonotic Infectious Diseases

cdc.gov/coronavirus-es

COVID-19: Diferencia entre cuarentena y aislamiento

La CUARENTENA mantiene a la persona que ha estado en contacto cercano con alguien que tiene COVID-19 lejos de los demás.

- Si usted ha tenido contacto cercano con una persona que tiene COVID-19
 - Quéedese en casa hasta que hayan pasado 14 días desde su último contacto.
 - Tómese la temperatura dos veces por día y esté atento a los síntomas del COVID-19.
 - Si es posible, manténgase lejos de las personas que tengan un mayor riesgo de enfermarse gravemente con el COVID-19.

El AISLAMIENTO mantiene a la persona que está enferma, o que dio positivo en la prueba del COVID-19 sin tener síntomas, lejos de los demás, incluso en su propia casa.

- Si está enfermo y piensa o sabe que tiene COVID-19
 - Quéedese en casa hasta que haya estado
 - 3 días sin fiebre
 - los síntomas hayan mejorado y
 - hayan pasado 10 días desde el inicio de los síntomas.
- Si dio positivo en la prueba del COVID-19, pero no tiene síntomas
 - Quéedese en casa hasta que
 - hayan pasado 10 días desde que se hizo la prueba que le dio positivo.

Si vive con otras personas, quéedese en una "habitación para el enfermo" o un área específica y lejos de otras personas o de animales, incluidas las mascotas. Use un baño aparte, de ser posible.

Centers for Disease Control and Prevention
National Center for Emerging and Zoonotic Infectious Diseases

cdc.gov/coronavirus-es



Si su hijo presenta síntomas, contacte a su proveedor de atención médica para orientación adicional.