



NUEVA INFORMACION SOBRE CUARENTENA PARA COVID-19 (12/3/20)

Opciones revisadas para discontinuar cuarentena

Preguntas y Respuestas Frecuentes

P: ¿Qué ha cambiado?

R: Hay ahora tres opciones:

1. La cuarentena puede permanecer en 14 días.
2. La cuarentena puede terminar después del **Día 10** sin realizarse una prueba y si no se han reportado síntomas durante el monitoreo diario.
3. La cuarentena puede terminar después del **Día 7 si el resultado de la prueba de COVID-19 realizada en o después del Día 5**, es negativo y si no se han reportado síntomas durante el monitoreo diario. (Los recursos para los diagnósticos de las pruebas deben ser suficientes y estar disponibles)

P: ¿Por qué los cambios?

R: La CDC revisó su guía basándose en investigaciones en curso. Estamos aprendiendo más a medida que trabajamos a través de la pandemia y los cambios se realizarán en el mejor interés de la salud pública. El CDC todavía recomienda un periodo de cuarentena de 14 días siempre que sea posible. Sin embargo, reducir la duración de la cuarentena puede reducir la carga de la cuarentena y puede aumentar el cumplimiento de la comunidad.

P: ¿Existen riesgos al finalizar la cuarentena de acuerdo con la nueva guía del CDC?

R: Con la estrategia de 10 días, se estima que el riesgo de transmisión residual posterior a la cuarentena es de aproximadamente 1% con un límite superior de aproximadamente 10%.

Con la estrategia de 7 días, se estima que el riesgo de transmisión residual posterior a la cuarentena es de aproximadamente 5% con un límite superior de aproximadamente 12%.

Con la estrategia de 14 días, se estima que el riesgo de transmisión residual posterior a la cuarentena es de aproximadamente 0.1% con un límite superior de aproximadamente 3%.

P: ¿Qué pasa si finalizo mi cuarentena antes de los 14 días de acuerdo con las nuevas pautas?

R: Debe auto monitorearse para detectar el desarrollo de los síntomas de COVID-19 y usar una mascarilla sobre la nariz y la boca durante los 14 días completos.

P: ¿Qué pasa si empiezo a mostrar síntomas de COVID-19 durante la cuarentena?

R: Si comienza a tener síntomas de COVID-19, debe buscar una prueba de diagnóstico. Deberá aislarse hasta que obtenga los resultados de la prueba para no transmitir el virus a otras personas.

P: ¿Qué es una “prueba de diagnóstico”?

R: Las pruebas de PCR y las pruebas de antígeno (espécimen nasal u oral) son pruebas aceptables. Los resultados de la prueba de anticuerpos (muestra de sangre) no califican para finalizar la cuarentena antes de tiempo.

P: ¿Qué pasa si no tengo síntomas, pero aún obtengo un resultado positivo?

R: Algunas personas no muestran síntomas. Si recibe un resultado positivo en la prueba, debe aislarse. Esto no ha cambiado. Debe aislarse durante 10 días y hasta que haya estado libre de fiebre sin medicamentos para reducir la fiebre durante 24 horas y sus síntomas hayan mejorado.

P: ¿Qué es el auto monitorio para el desarrollo de síntomas? ¿Cómo puedo hacer eso?

R: Controle diariamente el desarrollo de síntomas, que pueden incluir fiebre (de 100.4 F o más) o escalofríos, tos, falta de aire o dificultad para respirar, cansancio, dolores musculares, dolores de cabeza, pérdida del gusto u olfato, dolor de garganta, secreción nasal, náuseas o vómitos y diarrea. Si presenta síntomas, realícese la prueba de COVID-19.

P: ¿Dónde puedo obtener una prueba de “diagnóstico”?

R: Solicite una prueba de su proveedor de atención médica. O puede ir a [Testnebraska.com/es](https://www.testnebraska.com/es) para una prueba sin costo para usted.

Visite [Testnebraska.com](https://www.testnebraska.com), o [Testnebraska.com/es](https://www.testnebraska.com/es) para español, para programar una cita en una de las más de 60 ubicaciones de Test Nebraska en todo el estado. Aquellos que tengan preguntas sobre las pruebas o que necesiten ayuda para completar la evaluación en línea pueden llamar a la línea directa de Test Nebraska al (402) 207-9377.

P: ¿Qué pasa si estoy en cuarentena ahora?

R: Eso depende de la fecha en que su cuarentena comenzó. Si comenzó la cuarentena el 23 de noviembre o antes, ahora ha completado su cuarentena de 10 días y puede volver a sus actividades de rutina. Sin embargo, debe auto monitorearse para detectar síntomas y usar una máscara hasta el día 14 de la cuarentena original.

P: Si ha completado menos de 10 días, usted puede:

- Permanecer en cuarentena durante 10 días a partir de su fecha de cuarentena inicial y luego, si no tiene síntomas, puede volver a sus actividades de rutina. Sin embargo, debe auto monitorearse para detectar síntomas y usar una máscara hasta el día 14 de la cuarentena original.
- Si está al menos en el día 5, usted puede elegir optar la cuarentena y debe buscar una prueba. Si los resultados de su prueba son negativos, puede volver a sus actividades normales a partir del día 7. Sin embargo, debe auto monitorearse para detectar síntomas y usar una máscara hasta el día 14 de la cuarentena original.