

Opciones para interrumpir la cuarentena Preguntas frecuentes

1. ¿Qué pasa si estoy en cuarentena y empiezo a presentar síntomas del COVID-19?

Usted debe hacerse una prueba y aislar hasta que tenga los resultados de la prueba.

2. ¿Cuáles son los síntomas del COVID-19?

Vigile diariamente el desarrollo de los síntomas, los cuales pueden incluir fiebre (de 100,4 F o más) o escalofríos, tos, falta de aliento o dificultad para respirar, cansancio, dolores musculares, dolores de cabeza, pérdida del gusto o del olfato, dolor de garganta, secreción nasal, náuseas o vómitos o diarrea.

3. ¿Qué pasa si no puedo hacerme una prueba?

Si no puede hacerse la prueba, debe aislar durante 10 días desde el inicio de los síntomas **y** hasta que no haya tenido fiebre sin tomar medicamentos para reducir la fiebre durante 1 día completo **y** sus síntomas hayan mejorado.

4. Pensé que no podías hacerte la prueba fuera de cuarentena, ¿por qué ahora tengo la opción de hacerlo?

El 2 de diciembre de 2020, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades [publicaron información](#) acerca de las nuevas investigaciones que ofrecen una mejor comprensión de cuándo es más probable que se dé la transmisión del COVID-19. Un individuo que haya estado en contacto cercano con un caso positivo de COVID-19 puede hacerse la prueba el día 5 o después. Si no se han desarrollado síntomas, y si se recibe un resultado negativo, el individuo puede salir de la cuarentena **después** del día 7 desde el último contacto cercano con un individuo que haya dado COVID positivo. El Centro Para el Control de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) requiere de una auto vigilancia diaria para ver si se desarrollan los síntomas del COVID-19 y el uso de la máscara **hasta después** del día 14 desde la última exposición por contacto cercano con un individuo que ha dado positivo para el COVID-19. *Es importante que la muestra de la prueba se recoja no antes del día 5 para proporcionar una representación más exacta de la infección.* Basándose en esta nueva evidencia del CDC, se hizo un cambio en la política para que esta sea una opción disponible para interrumpir la cuarentena.

5. ¿Por qué existe también una opción para terminar con la cuarentena después del día 10?

El 2 de diciembre de 2020, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades [publicaron información](#) acerca de las nuevas investigaciones que ofrecen una mejor comprensión de cuándo es más probable que se dé la transmisión del COVID-19. Si un individuo no se realiza una prueba de diagnóstico y no ha desarrollado síntomas del COVID-19, **después** del día 10 desde el último contacto cercano con un individuo que ha dado positivo para el COVID, éste puede interrumpir la cuarentena. El Centro Para el Control de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) requiere de una auto vigilancia diaria para ver si se desarrollan los síntomas del COVID-19 y el uso de la máscara **hasta después** del día 14 desde la última exposición por contacto cercano con un individuo que ha dado positivo para el COVID-19. Basándose en esta nueva evidencia del CDC, se hizo un cambio en la política para que esta sea una opción disponible para interrumpir la cuarentena.



6. Pensé que tenías que ponerte en cuarentena durante 14 días, ¿por qué ahora existen las opciones de 7 o 10 días de cuarentena?

El 2 de diciembre de 2020, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades [publicaron información](#) sobre nuevas investigaciones que ofrecen una mejor comprensión de cuándo es más probable que se transmita el COVID-19. *Según el CDC, “actualmente se está recomendando un período de cuarentena de 14 días. Sin embargo, en función de las circunstancias y los recursos locales, son aceptables las siguientes opciones alternativas para acortar la cuarentena”.* Dependiendo de si el individuo se hace una prueba de diagnóstico o no, se determina el momento en que el individuo puede interrumpir la cuarentena.

7. ¿Qué es una “prueba diagnóstica”?

Las pruebas de PCR y las pruebas de antígeno (muestra nasal u oral) son pruebas aceptables. Los resultados de las pruebas de anticuerpos (muestras de sangre) no pueden utilizarse como fundamento para poner fin a la cuarentena.

8. ¿Qué ocurre si no he desarrollado síntomas, pero recibo un resultado positivo de la prueba?

Si recibe un resultado positivo de la prueba, debe aislarse durante diez (10) días.

9. ¿Qué es la auto vigilancia para ver si se desarrollan los síntomas? ¿Cómo debo proceder?

Vigile diariamente el desarrollo de los síntomas, los cuales pueden incluir fiebre (de 100,4 F o más) o escalofríos, tos, falta de aliento o dificultad para respirar, cansancio, dolores musculares, dolores de cabeza, pérdida del gusto o del olfato, dolor de garganta, secreción nasal, náuseas o vómitos y diarrea.

10. ¿Dónde puedo obtener una “prueba diagnóstica”?

Quienes puedan haber estado expuestos al COVID-19 o que estén experimentando síntomas pueden hacerse una prueba gratuita a través de Test Nebraska.

Visite TestNebraska.com, o TestNebraska/es en español, para programar una cita en uno de los más de 60 lugares de Test Nebraska que existen en todo el estado. Quienes tengan preguntas sobre las pruebas o que necesiten ayuda para realizar la evaluación en línea pueden llamar a la línea directa de Test Nebraska al (402) 207-9377.

11. Actualmente estoy en cuarentena bajo el anterior DHM, ¿qué debo hacer?

Puede seguir esta nueva guía. Su Departamento de Salud Local no emitirá las cartas con el cambio.