

# AISLAMIENTO Y CUARENTENA POR COVID-19

Quizás tengas dudas sobre lo que deberías hacer si te expusiste a una persona con COVID-19, desarrollaste síntomas o diste positivo en una prueba. Esta información, que se basa en los nuevos lineamientos de los CDC, te ayudará a cuidar tu salud y la de los demás.

## Di positivo en una prueba de COVID-19. ¿Y ahora qué?

Te contagiaste el COVID-19 o tienes síntomas. Quédate en casa lejos de otras personas independientemente de tus síntomas y tu estado de vacunación.



### INICIO Y FIN DEL AISLAMIENTO

<b>QUÉDATE EN CASA POR AL MENOS 5 DÍAS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Aíslate de otros integrantes del hogar. El día 1 es el primer día completo después de que aparecieron los síntomas o te sometiste a la prueba.</li><li>• De ser posible, no compartas el dormitorio y el baño con otras personas.</li></ul>
<b>FIN DEL AISLAMIENTO</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Si tuviste síntomas, al cabo de 5 días, puedes finalizar el aislamiento siempre y cuando no hayas tenido fiebre en las últimas 24 horas (sin el uso de medicamentos antifebriles) y los síntomas estén mejorando.</li><li>• Si no tuviste síntomas, puedes finalizar el aislamiento cuando hayas cumplido 5 días completos a partir de la fecha de la prueba con resultado positivo.</li><li>• Usa mascarilla por 5 días más cuando estés cerca de otras personas dondequiera que vayas.</li><li>• Si no puedes usar mascarilla, deberías aislarte 10 días completos.</li></ul>
<b>HASTA EL DÍA 10</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Evita el contacto con otras personas y mascotas en el hogar. Usa mascarilla cerca de otras personas, incluso en tu hogar. Evita ir a lugares donde no puedas usar mascarilla. Evita viajar y estar cerca de personas de alto riesgo, por ejemplo, en hospitales y geriátricos, o que reciban tratamiento contra el cáncer u otras enfermedades.</li></ul>

AVERIGUA DÓNDE **VACUNARTE GRATIS CONTRA EL COVID-19**



VISITA  
[de.gov/covidvaccine](https://de.gov/covidvaccine)



LLAMA AL  
1-833-643-1715



ESCRIBE A  
[vaccine@delaware.gov](mailto:vaccine@delaware.gov)



# Me expuse a una persona con COVID-19. ¿Y ahora qué?



## SI NO TE VACUNASTE O NO ESTÁS AL DÍA\* CON LAS VACUNAS

<b>CUARENTENA DE 5 DÍAS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Quédate en casa por al menos 5 días. El día 1 es el primer día completo después de la exposición.</li><li>• Usa mascarilla cerca de otras personas en el hogar.</li><li>• De ser posible, hazte una prueba el día 5, incluso si no tienes síntomas.</li></ul>
<b>POR 5 DÍAS DESPUÉS DE LA CUARENTENA</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Mantente alerta a cualquier síntoma durante 10 días completos desde la exposición.</li><li>• Si desarrollas síntomas, hazte una prueba y aíslate.</li><li>• Usa mascarilla y evita viajar y estar cerca de personas de alto riesgo, por ejemplo, en hospitales y geriátricos, o que reciban tratamiento contra el cáncer u otras enfermedades.</li><li>• Si no puedes usar mascarilla, cumple 10 días completos de cuarentena.</li></ul>

## SI ESTÁS AL DÍA\* CON LAS VACUNAS O DISTE POSITIVO EN UNA PRUEBA VIRAL DE COVID-19 EN LOS ÚLTIMOS 90 DÍAS

<b>NO HAGAS CUARENTENA, PERO AÍSLATE SI TIENES SÍNTOMAS</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Usa mascarilla y evita viajar y estar cerca de personas de alto riesgo, por ejemplo, en hospitales y geriátricos, o que reciban tratamiento contra el cáncer u otras enfermedades.</li><li>• Mantente alerta a cualquier síntoma durante 10 días completos desde la exposición.</li><li>• Si desarrollas síntomas, hazte una prueba y aíslate.</li><li>• Si no puedes usar mascarilla, cumple 10 días completos de cuarentena.</li><li>• De ser posible, hazte una prueba el día 5. No necesitas hacerte una prueba si te recuperaste de COVID-19 en los últimos 90 días.</li></ul>
---	---

\*Estar al día significa haber completado el esquema de vacunación y haber recibido todas las vacunas adicionales recomendadas, incluidos los refuerzos, si correspondiera, y las vacunas primarias adicionales (tercera dosis) si eres una persona inmunodeprimida.

**Para obtener información actualizada sobre los lineamientos de los CDC respecto del aislamiento y la cuarentena, visita [de.gov/quarantine](https://www.de.gov/quarantine).**

**AVERIGUA DÓNDE VACUNARTE GRATIS CONTRA EL COVID-19**



VISITA  
[de.gov/covidvaccine](https://de.gov/covidvaccine)



LLAMA AL  
1-833-643-1715



ESCRIBE A  
[vaccine@delaware.gov](mailto:vaccine@delaware.gov)

