

# COVID-19: Cuarentena y Aislamiento

## Preguntas frecuentes para padres o tutores

### Escuché las palabras aislamiento y cuarentena. ¿Pero cuál es la diferencia, y cómo sé que debo hacer?

- **Cuarentena:** cuando una persona que estuvo en contacto cercano con alguien que está enfermo, o ha dado positivo en la prueba de COVID-19, se queda en casa por al menos 10 días y observa si presenta síntomas que podrían hacer que enferme.
  - Los contactos cercanos de un caso positivo (a menos de 6 pies de distancia durante más de 15 minutos) deben ponerse en cuarentena. Le recomendamos a la población, que la cuarentena dure 14 días a partir del último contacto que se haya tenido con una persona infectada. Esta opción es la más segura para todos. Sin embargo, los estudios han indicado que el riesgo de desarrollar una enfermedad es muy reducido entre los días 11-14. Por lo tanto, la cuarentena puede terminar después de transcurridos 10 días si:
    1. El contacto cercano no presenta síntomas dentro de los primeros 10 días Y
    2. El contacto cercano continúa monitoreando sus síntomas durante los 14 días.
  - Para ser claro, todavía existe el riesgo de desarrollar una enfermedad entre los días 11 y 14; es simplemente más bajo que en los primeros 10 días.
- **Aislamiento:** cuando una persona que está enferma se queda en casa y lejos de otras personas para prevenir la propagación de la enfermedad.
  - Una persona con COVID-19 debe aislarse durante un mínimo de 10 días después de comenzar a sentirse enfermo o 10 días después de una prueba positiva, si es que no presentó síntomas. El aislamiento solo puede terminar cuando los síntomas de una persona mejoren (desde el momento en que se sintió peor), y cuando ya hayan pasado 24 horas sin vómitos, diarrea y fiebre (sin tomar medicamentos para detenerla).
- **Contacto cercano:** es alguien que
  - Tuvo contacto estrecho (a menos de 6 pies y por un total de 15 minutos o más) con alguien que ha tenido COVID-19 mientras era contagioso, con o sin máscaras faciales o algún tipo de barreras protectoras.
  - Posiblemente estuvo en contacto con las gotas de una persona enferma (las que se generan al toser, estornudar o cantar) y/o pueda haber tenido contacto físico directo con una persona que tiene COVID-19 (tales como, abrazos, besos o contacto durante deportes de alto impacto), o bien, haber compartido utensilios para comer o beber con una persona que tiene COVID-19.

\* Acorde a la Orden de Emergencia de Salud Pública emitida por el Condado de Washtenaw, no se requerirá la cuarentena para los estudiantes que entren en contacto cercano en el aula o en un autobús escolar, con cualquier persona que dé positivo en la prueba de detección del COVID-19, siempre y cuando ambos hayan usado mascarillas, permanecido al menos a 3 pies de distancia, y mientras la persona con quien se tuvo contacto cercano permanezca asintomática. Para leer más acerca de la Orden, visite <http://bit.ly/schquarWC>

### A mi hijo le dijeron que se pusiera en cuarentena. ¿Qué significa esto?

Esto significa que su hijo estuvo en contacto cercano con alguien que dio positivo en la prueba de COVID-19, y deberá estar en observación en casa para ver si presenta síntomas o se enferma.

- Mantenga a su hijo en casa a menos que necesite asistencia médica o se presente una emergencia, como un incendio o una inundación.
- Controle la salud de su hijo. Anote en un calendario cualquier síntoma que su hijo comience a tener.
- Trate de mantener a los miembros del hogar lo más separados posible. Use máscaras faciales en el interior y mantenga una distancia de al menos 6 pies cuando sea posible.
- Cuando una persona está en cuarentena, los demás miembros del hogar aún pueden ir a la escuela o al trabajo. Si no tuvo contacto cercano con la persona enferma, no se considera que esté en riesgo de contraer el virus (a menos que la persona en cuarentena se enferme).

### ¿Qué síntomas de mi hijo debería vigilar?

Las personas con COVID-19 pueden tener diferentes síntomas. **Algunas personas pueden tener síntomas leves o incluso no mostrar ningún síntoma.** Los síntomas comunes del COVID-19 podrían incluir:

Tos

Falta de aire o dificultad para respirar.

Pérdida del olfato o gusto

Fiebre

Resfriado

Dolor corporal o muscular

Dolor de cabeza

Dolor de garganta

Náuseas o vómitos

Diarrea

Congestión o secreción nasal

Cansancio o fatiga severa

## Mi hijo ha comenzado a mostrar síntomas del COVID-19, ¿qué debo hacer?

- Cuando los niños se enferman, es importante mantenerlos a salvo. Hágale saber a su médico que su hijo tiene síntomas del COVID-19, y en caso de ser necesario, llévelo donde él. Por favor, no lo lleve sin haber programado una cita previa.
- Otros miembros del hogar ahora deben practicar medidas de cuarentena, por lo que deben dejar de ir al trabajo o la escuela y comenzar a registrar sus síntomas en un calendario.
- Su hijo ahora debe estar aislado (alejado) de otros miembros del hogar tanto como sea posible. Consulte el cuadro rojo a continuación para obtener más detalles.

## La prueba del COVID-19

### Mi hijo no presenta síntomas. ¿debería hacerse la prueba?

Se recomienda realizar pruebas, pero no es obligatorio. Pídale a su médico, o en el lugar en que se realizan pruebas, una prueba nasal o molecular de saliva no rápida (PCR), para obtener resultados más confiables. El mejor momento para hacer la prueba es, entre 7 a 10 días después de haber estado expuesto al COVID-19. *Si su hijo comienza a mostrar síntomas, debe hacerse la prueba.*

### Mi hijo dio negativo. ¿Puede terminar la cuarentena antes de tiempo?

**No.** No puede terminar su cuarentena con una prueba, porque los síntomas podrían comenzar entre 2 y 14 días después de haber estado expuesto al COVID-19. Para estar seguros, su hijo debe permanecer en cuarentena durante al menos 10 días después de su último contacto con la persona enferma, los síntomas podrían comenzar más tarde.

## ¿Qué pasa si no puedo poner en cuarentena a mi hijo?

En algunas situaciones, los miembros del hogar o los tutores de un niño no pueden ponerse en cuarentena lejos de ellos, debido a la edad o necesidades del niño y/o las instalaciones de vivienda. Si es su caso, por favor, llame al 734-544-6700 para obtener más información. El cuadro rojo a continuación tiene más información sobre: permanecer lo más seguro posible, en caso de que alguien de su hogar este enfermo.

## Mi médico me dijo que mi hijo no necesita estar en cuarentena.

Si su hijo es un contacto cercano de una persona que tiene COVID-19, es necesario que se quede en casa y se ponga en cuarentena durante al menos 10 días para monitorear si comienza a enfermarse.

## ¿Qué pasa si no puedo ausentarme del trabajo para quedarme en casa con mi hijo?

El Departamento de Salud del Condado de Washtenaw (WCHD) puede proporcionarle una carta para que se la entregue a su empleador. Puede intentar solicitar los beneficios por desempleo si se encuentra en aislamiento o en cuarentena, o si está cuidando a alguien que se encuentra en aislamiento o en cuarentena.

## ¿Qué hago si mi hijo da positivo o tiene síntomas de COVID-19?

Un niño con COVID-19 debe aislarse en casa y permanecer lo más lejos posible de los demás. Esto significa:

- **Quedarse en casa**, y no ir a la escuela o al trabajo
- Si es posible, se recomienda que duerma en una habitación solo y use un baño separado.
- Siempre que sea posible, se mantenga a 6 pies de distancia de los miembros de la familia.
- Use una máscara facial cuando comparta espacios comunes con otros miembros del hogar.
- No tenga contacto físico con miembros del hogar y no comparta cubiertos, botellas o vasos.
- No salga de casa excepto si necesita asistencia médica o en casos de emergencia. Siempre debe usar una mascarilla de tela o un paño que cubra la nariz y boca si sale de casa.

Los padres o guardianes de un niño con COVID-19 deben:

- Limpiar todas las superficies que el niño toque con frecuencia, utilizando un aerosol desinfectante o limpiador.
- Llevar un registro de los síntomas diariamente (en papel o en un calendario), anotando cuándo comienzan o cuando éstos terminan.
- Haga que todos los contactos cercanos o miembros del hogar se queden en casa y no vayan al trabajo o a la escuela, y se mantengan en cuarentena durante al menos 10 días a partir de la última vez que se estuvo expuesto, así mismo, procure registrar cualquier síntoma nuevo que se desarrolle.

**Es posible que un investigador de casos de WCHD no se comunique con usted de inmediato.**

**Siga estas instrucciones hasta que el Departamento de Salud se comunique con usted, o hasta que su hijo cumpla con los criterios para terminar el aislamiento.**