



Órdenes para el aislamiento y la cuarentena por la emergencia de salud pública de San Francisco

Preguntas frecuentes para el público

14 de mayo de 2020

Las Órdenes y Pautas para el aislamiento y la cuarentena por la emergencia de salud pública de San Francisco se pueden encontrar en www.sfdcpc.org/covid19 en la sección "Isolation & Quarantine Directives" (Órdenes para el aislamiento y la cuarentena).

Estas preguntas frecuentes no repetirán toda la información proporcionada en las pautas.

Preguntas generales

¿Cuál es la diferencia entre aislamiento y cuarentena?

- **El aislamiento** mantiene a las personas que tienen COVID-19 alejadas de aquellas que no lo tienen.
- **La cuarentena** mantiene a las personas que estuvieron expuestas al COVID-19, y que podrían desarrollar COVID-19, alejadas de otras mientras vigilan la aparición de síntomas.

¿Debo usar cubrebocas en casa si estoy en aislamiento o cuarentena?

Si está en aislamiento o cuarentena, debe usar cubrebocas en casa cuando esté cerca de otras personas. Las personas que viven con usted deben usar cubrebocas cuando están en la misma habitación que usted, en especial si usted no puede usar cubrebocas (por ejemplo, porque le provoca problemas para respirar).

Use las mascarillas y los cubrebocas con precaución en los niños. Los bebés y los niños menores de 2 años no deben usar cubrebocas. Los que tienen entre 2 y 12 años deben usarlos, pero con la supervisión de un adulto para asegurarse de que el niño pueda respirar con seguridad y para evitar que se asfixie. Los niños que tienen problemas respiratorios no deben usar cubrebocas.

¿Cómo consigo alimentos, medicinas u otros artículos esenciales si estoy en aislamiento o cuarentena?

Únicamente tiene permitido ir a las consultas médicas esenciales. Si es posible, debe pedirle a alguien más que haga sus compras y debe decirle a su amigo, vecino, familiar o servicio de entrega que deje sus alimentos, medicinas o artículos esenciales en la puerta. Si no tiene esta opción, llame al 311 para solicitar ayuda y dígame que está en aislamiento o cuarentena por COVID-19.



Si estoy en aislamiento o cuarentena, ¿puedo salir a caminar si uso mascarilla?

No. No debe salir de casa a menos que vaya a una consulta médica esencial.

Si estoy en aislamiento o cuarentena, ¿puedo ir a consulta con el médico?

Sí, puede salir para recibir atención médica esencial. Si va al médico, a la clínica o a la sala de emergencias para recibir atención médica esencial, pero no se trata de una emergencia, debe llamar con anticipación para hacerles saber que le diagnosticaron COVID-19 o que es contacto cercano de alguien que lo tiene. De esa manera, la clínica puede darle instrucciones para reducir el riesgo de exposición a otras personas. Si tiene una emergencia médica, marque el 9-1-1 y dígales que le diagnosticaron COVID-19 o que es contacto cercano de una persona infectada. Si es posible, use mascarilla.

¿Cómo voy a mi consulta médica?

Si puede, debe ir en su propio vehículo o caminar a la consulta. No tome transporte público. Puede considerar la posibilidad de comunicarse con su proveedor médico para contemplar otras opciones de transporte.

Estoy en aislamiento o cuarentena. ¿Puedo pasar tiempo con mis mascotas?

Si está enfermo de COVID-19 (sospechoso o confirmado) o si es contacto cercano de alguien que tenga COVID-19, debe restringir el contacto con mascotas y otros animales, tal como lo haría con otras personas. En este momento, no hay evidencia de que los animales tengan un papel importante en la transmisión del virus. Sin embargo, hay ciertos indicios de que el virus se puede transmitir de personas a animales en algunas situaciones. Por lo tanto, se recomienda que las personas enfermas de COVID-19 **limiten el contacto con animales**. Esto puede ayudar a garantizar que usted y sus animales se mantengan sanos.

- Si es posible, pídale a otro miembro de su hogar que cuide a sus animales mientras usted está enfermo.
- Evite el contacto con su mascota, lo cual incluye acariciar, abrazar, dejarse besar o lamer y compartir comida.
- Si debe cuidar a su mascota o estar cerca de animales mientras está enfermo, lávese las manos antes y después de interactuar con ellos.

¿Necesito una carta que diga que puedo terminar el aislamiento o la cuarentena?

No, no necesita una carta que indique que puede terminar el aislamiento o la cuarentena.

Preguntas sobre el aislamiento

¿Por qué debo aislarme si me diagnostican COVID-19?

El virus que causa el COVID-19 puede transmitirse de persona a persona con facilidad y provoca que algunas personas que adquieren la enfermedad tengan que ser hospitalizadas o que mueran.



Mantener a las personas con COVID-19 en aislamiento impide la transmisión de la enfermedad y protege a otros para no se enfermen.

¿Por qué debo decirles a mis contactos cercanos que permanezcan en cuarentena?

Sus contactos cercanos tienen un alto riesgo de contagiarse de COVID-19 por usted. Una vez que ellos se enferman de COVID-19, pueden infectar a otros. No sabemos cuáles de esas personas podrían enfermarse o qué día se enfermarán. Pero sí sabemos que podrían tardar hasta 14 días en enfermarse. Deben permanecer en cuarentena 14 días para asegurarse de que no pueden transmitir la enfermedad a otros.

¿Puedo enviarles a las personas las Pautas para el aislamiento y la cuarentena en el hogar por correo electrónico?

Sí, la información sobre la cuarentena está disponible en <https://www.sfcddcp.org/covid19> en "Isolation and Quarantine Directives" (Órdenes para el aislamiento y la cuarentena).

Me hicieron la prueba para saber si tengo COVID-19 y estoy esperando los resultados. Si el resultado es negativo, ¿qué debo hacer?

Esto depende de si tuvo contacto cercano con alguien enfermo de COVID-19, de sus síntomas y de si su proveedor de atención médica sospecha que usted podría tener COVID-19. Consulte a su proveedor de atención médica antes de que deje de seguir las pautas.

Tengo COVID-19, pero me acaban de hacer un examen de sangre que dice que tengo anticuerpos contra el COVID-19. ¿De todos modos debo aislarme?

Sí, debe quedarse en casa el mismo periodo de tiempo. En este momento, no sabemos si las personas pueden seguir infectando a otros después de desarrollar anticuerpos. Debe seguir en aislamiento.

Normalmente tengo tos. ¿Eso cambia el periodo de tiempo que debo permanecer en aislamiento?

En realidad no. Si su tos o su respiración empeoraron mientras tuvo COVID-19, entonces, de acuerdo con las pautas, deben mejorar para que pueda terminar el aislamiento. Si sigue teniendo tos al final de su periodo de aislamiento, debe continuar usando mascarilla cuando esté con otras personas.

Preguntas sobre la cuarentena

¿Por qué debo permanecer en cuarentena?

El virus que causa el COVID-19 puede transmitirse de persona a persona con facilidad y provoca que algunas personas que adquieren la enfermedad tengan que ser hospitalizadas o que mueran. Usted está en riesgo de enfermarse de COVID-19 porque ha tenido contacto cercano con alguien infectado. Si se enferma de COVID-19, puede infectar a otros. No sabemos si se enfermará o no, pero sí sabemos



que podría tardar hasta 14 días en enfermar, así que debe estar en cuarentena durante 14 días para asegurarse de que no transmitirá la enfermedad a otros.

¿No puedo simplemente hacerme una prueba para determinar si estoy infectado o no? Si la prueba es negativa, ¿debo quedarme en cuarentena?

Si está en cuarentena, debe hacerse la prueba de COVID-19. Sin embargo, tener una prueba negativa no es razón suficiente para que termine antes la cuarentena, porque la infección puede tardar hasta 14 días en aparecer. Por ejemplo, si se hizo la prueba el quinto día después del contacto cercano con una persona infectada y el resultado es negativo, aún podría desarrollar la infección más tarde, hasta 14 días después del contacto cercano. Por tanto, debe quedarse en cuarentena durante los 14 días.