

¿Cuánto tiempo debo permanecer en casa?

Pautas de aislamiento y cuarentena



Actualizado 11/1/2022

Las directrices de cuarentena y aislamiento siguen cambiando a medida que obtenemos más datos y aprendemos más sobre la duración de la inmunidad de la vacunación y de la infección natural, así como sobre el tiempo que una persona es infecciosa. Los [datos](#) muestran que la inmunidad tanto de la vacunación como de la infección natural se debilita con el tiempo.

Las pautas de cuarentena se basan en si se está [al día con las vacunas contra el COVID-19](#). Estar al día con las vacunas contra el COVID-19 incluye tener todas las dosis recomendadas de la vacuna, así como cualquier dosis de refuerzo recomendada. Los datos muestran que las dosis de refuerzo proporcionan más protección contra la variante ómicron. Seguiremos actualizando las pautas de cuarentena y aislamiento a medida que obtengamos más datos sobre la duración de la inmunidad tanto de las vacunas como de la infección natural.

El aislamiento es para las personas que han salido positivas o tienen síntomas de COVID-19. La cuarentena es para las personas que pueden haber estado expuestas al COVID-19.

Si tiene 18 años o más y sale positivo en la prueba de COVID-19

| ¿Tiene el sistema inmunológico debilitado? | ¿Cuántos días debe permanecer en casa? |
|--|---|
| No, no tengo el sistema inmunológico debilitado. | 5 days from when you tested positive. If you're still sick or have symptoms after 5 days, stay home until you are better. |
| Sí, tengo un sistema inmunológico debilitado o estuve gravemente enfermo con el COVID-19 (esto significa que estuvo hospitalizado, en la UCI o con un respirador). | Si tiene un sistema inmunológico debilitado, podría ser infeccioso durante más tiempo que otras personas. Es posible que deba permanecer en casa de 10 a 20 días (o más). Si ha estado gravemente enfermo por el COVID-19 o tiene el sistema inmunológico debilitado, hable con su médico para ver cuándo deja de ser infeccioso. |

Si su hijo sale positivo en la prueba de COVID-19

| ¿Tiene su hijo un sistema inmunológico debilitado? | How many days does my child need to stay home? |
|---|---|
| No, mi hijo no tiene el sistema inmunológico debilitado | 5 días desde que su hijo salió positivo. Si su hijo sigue enfermo o tiene síntomas después de 5 días, debe quedarse en casa hasta que mejore. |
| Sí, mi hijo tiene el sistema inmunológico debilitado o estuvo gravemente enfermo con el COVID-19 (esto significa que su hijo estuvo hospitalizado, en la UCI o con un respirador) | Si su hijo tiene un sistema inmunológico debilitado, podría ser infeccioso durante más tiempo que otras personas. Es posible que su hijo deba permanecer en casa de 10 a 20 días (o más). Si ha estado gravemente enfermo por el COVID-19 o tiene el sistema inmunológico debilitado, hable con su médico para ver cuándo su hijo deja de ser infeccioso. |

¿Hay algo más que debo hacer después de salir positivo?

- Use una [mascarilla bien ajustada](#) cuando esté con otras personas y en público durante otros 5 días después de terminar su aislamiento en casa.
- Dígale a cualquier persona con la que haya estado en contacto cercano que corre el riesgo de contraer el COVID-19. Debe hacerse la prueba y es posible que tenga que permanecer en [cuarentena](#) en su casa.
- Llame al 2-1-1 si necesita ayuda urgente con cosas como comida o ayuda con el alquiler o los servicios públicos para poder quedarse en casa y aislarse.
- Existen algunos [tratamientos](#) para las personas que tienen un mayor riesgo de padecer una enfermedad grave por el COVID-19. Hable con su médico sobre los tratamientos que pueden ser mejores para usted.
- Llame a un médico o busque atención médica de inmediato si sus síntomas empeoran o siente que necesita atención médica.

Los CDC recomiendan que todas las personas de 5 años o más se vacunen contra el COVID-19. Las personas de 12 años o más también deben recibir una dosis de refuerzo. Las personas que recibieron 2 inyecciones de la vacuna Pfizer o Moderna (llamada dosis primaria) pueden recibir una dosis de refuerzo 5 meses después de su segunda dosis. También debes recibir una tercera dosis primaria de la vacuna Pfizer o Moderna si tienes el [sistema inmunológico debilitado](#).

La vacuna de Johnson & Johnson es de una sola dosis. Las personas que recibieron la vacuna de Johnson & Johnson como dosis primaria pueden recibir una dosis de refuerzo 2 meses después de la inyección. En este momento, no hay datos suficientes para recomendar una tercera dosis primaria para las personas que recibieron la vacuna de Johnson & Johnson.

Si tiene 18 años o más y ha estado expuesto a COVID-19

| Si nunca se ha vacunado contra el COVID-19 | Número de dosis de la vacuna contra el COVID-19, y cuándo | ¿Cuántos días debe permanecer en casa? |
|--|--|--|
| | 0 dosis | 5 días desde que estuvo expuesto a COVID-19. |
| Si se vacunó con Pfizer o Moderna | Número de dosis de la vacuna contra el COVID-19, y cuándo | ¿Cuántos días debe permanecer en casa? |
| | 2 dosis Y Cualquier marca de dosis de refuerzo | No es necesario que se quede en casa si no está enfermo. |
| | 2 dosis en los últimos 5 meses | No necesita quedarse en casa si no está enfermo. No ha pasado suficiente tiempo para recibir una dosis de refuerzo. |
| | 2 dosis hace más de 5 meses | 5 días desde que estuvo expuesto a COVID-19. |
| | 1 dosis en cualquier momento | 5 días desde que estuvo expuesto a COVID-19. |

Si tiene 18 años o más y ha estado expuesto a COVID-19 (continuación)

| Si usted recibió la vacuna Johnson & Johnson | Número de dosis de la vacuna contra el COVID-19, y cuándo | ¿Cuántos días debe permanecer en casa? |
|--|--|---|
| | 1 dosis en cualquier momento Y Cualquier marca de dosis de refuerzo | No es necesario que se quede en casa si no está enfermo. |
| | 1 dosis en los últimos 2 meses | No es necesario que se quede en casa si no está enfermo. No ha pasado suficiente tiempo para que usted reciba una dosis de refuerzo. |
| | 1 dosis hace más de 2 meses | 5 días desde que estuvo expuesto a COVID-19. |
| Si ha tenido COVID-19 en los últimos 90 días (unos 3 meses) | Número de dosis de la vacuna contra el COVID-19, y cuándo | ¿Cuántos días debe permanecer en casa? |
| | No importa cuántas vacunas haya recibido en esta situación. | No es necesario que se quede en casa si no está enfermo. |
| | | 2 dosis de la vacuna Pfizer en cualquier momento |
| 1 dosis de la vacuna Pfizer en cualquier momento | | 5 días desde que estuvo expuesto a COVID-19. Todavía no sabemos cuánto dura la inmunidad natural. |

Si tiene 18 años o más y ha estado expuesto a COVID-19 (continuación)

| Si tiene el <u>sistema inmunológico debilitado</u> o corre un mayor riesgo de padecer una enfermedad grave | Número de dosis de la vacuna contra el COVID-19, y cuándo | ¿Cuántos días debe permanecer en casa? |
|--|--|--|
| | 0 dosis | 5 días desde que estuvo expuesto al COVID-19. |
| | 3 dosis de la vacuna de Pfizer o Moderna Y Cualquier marca de dosis de refuerzo | No es necesario que se quede en casa si no está enfermo. |
| | 3 dosis de la vacuna de Pfizer o Moderna en los últimos 5 meses | No es necesario que se quede en casa si no está enfermo. No ha pasado suficiente tiempo para que usted reciba una dosis de refuerzo después de su tercera dosis primaria. |
| | 3 dosis de la vacuna de Pfizer o Moderna hace más de 5 meses | 5 días desde que estuvo expuesto a COVID-19. |
| | 2 dosis de la vacuna Pfizer o Moderna en cualquier momento | 5 días desde que estuvo expuesto a COVID-19. |
| | 1 dosis de la vacuna de Pfizer o Moderna en cualquier momento | 5 días desde que estuvo expuesto a COVID-19. |

Si su hijo estuvo expuesto al COVID-19

| | | |
|--|--|--|
| Si su hijo nunca ha sido vacunado contra la COVID-19 | Número de dosis de la vacuna contra el COVID-19, y cuándo | ¿Cuántos días debe permanecer en casa? |
| | 0 dosis | 5 días desde que estuvo expuesto a COVID-19. |
| Si su hijo recibió la vacuna de Pfizer | Número de dosis de la vacuna contra el COVID-19, y cuándo | ¿Cuántos días debe permanecer en casa? |
| | 2 dosis de la vacuna de Pfizer en cualquier momento | Su hijo no necesita quedarse en casa si no está enfermo. |
| | 1 dosis de la vacuna de Pfizer en cualquier momento | 5 días desde que estuvo expuesto a COVID-19. |
| Si su hijo tiene el sistema inmunológico debilitado o corre un mayor riesgo de padecer una enfermedad grave | Número de dosis de la vacuna contra el COVID-19, y cuándo | ¿Cuántos días debe permanecer en casa? |
| | 2 dosis en cualquier momento | Su hijo no necesita quedarse en casa si no está enfermo. |
| | 1 dosis en cualquier momento | 5 días desde que estuvo expuesto a COVID-19. |

Si su hijo estuvo expuesto al COVID-19 (continuación)

| i su hijo tuvo COVID-19 en los últimos 90 días (unos 3 meses) | Número de dosis de la vacuna contra el COVID-19 que ha recibido su hijo y cuándo fue su última dosis | ¿Cuántos días debe permanecer su hijo en casa? |
|--|---|--|
| Si han pasado más de 90 días desde que su hijo ha tenido COVID-19 | No importa cuántas vacunas haya recibido su hijo en esta situación. | Su hijo no necesita quedarse en casa si no está enfermo. |
| | 2 dosis de la vacuna de Pfizer en cualquier momento | Su hijo no necesita quedarse en casa si no está enfermo. |
| | 1 dosis de la vacuna de Pfizer en cualquier momento | 5 días desde que su hijo estuvo expuesto a COVID-19. |

¿Hay algo más que deba hacer después de estar expuesto al COVID-19?

- Use una [mascarilla bien ajustada](#) cuando esté con otras personas y en público durante 10 días después de haber estado expuesto a alguien que tenga COVID-19.
- Hágase la prueba 5 días después del día en que estuvo expuesto.
- Esté atento a los síntomas durante 10 días después de haber estado expuesto. Aíslese y hágase la prueba de inmediato si se enferma o tiene síntomas, aunque sean leves.

Es posible que tenga que estar en cuarentena o aislado durante más de 5 días si el lugar en el que vive o trabaja le expone a usted y a otras personas a un mayor riesgo de contraer el COVID-19. Las personas que viven o trabajan en un entorno de congregación como un centro correccional (prisión), un establecimiento de atención a largo plazo o un refugio para personas sin hogar deben seguir [estas directrices](#) de los CDC. El personal de salud debe seguir [estas directrices](#) de los CDC.

Para más información, visite:

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html>

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/immuno.html>