

Si tu prueba del COVID-19 es <b>positiva</b>	Si estuviste <b>cerca de</b> alguien con COVID-19	Si estuviste <b>cerca de</b> alguien con COVID-19
<p>Toda persona que dé positivo o sea diagnosticada con COVID-19, independientemente del estado de vacunación, infecciones previas o ausencia de síntomas, debe seguir estos pasos antes de regresar al trabajo.</p>	<p>Y si tú: no te has vacunado<sup>1</sup>; O estás vacunado y eres elegible para el refuerzo - pero no has recibido la dosis de refuerzo; O te has contagiado previamente con el SARS-CoV-2 (COVID-19), (incluyendo dentro de los últimos 90 días).</p>	<p>Y si has recibido la dosis de refuerzo<sup>1</sup>; O estás Vacunado<sup>1</sup>, pero todavía no eres elegible para la dosis de refuerzo.</p>
<p><b>Aislamiento requerido</b></p>	<p><b>Cuarentena requerida</b></p>	<p><b>No se requiere cuarentena</b></p>
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quédate en casa por lo <b>menos durante 5 días</b>.</li> <li>• Puedes regresar al trabajo <b>después de 5 días si</b>:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Los <b>síntomas</b> han desaparecido o están disminuyendo; y</li> <li>○ Una prueba de diagnóstico (muestra de antígenos o PCR) tomada en el <b>día 5</b> da <b>negativo</b>. Vea <a href="#">Find Testing</a> (sitios de pruebas) para más información.</li> </ul> </li> <li>• Si no puedes hacerte la prueba o prefieres no hacerlo y ya no tienes síntomas o están disminuyendo, puedes regresar a trabajar <b>después del día 10</b>.</li> <li>• Si tienes fiebre, el aislamiento debe continuar <b>hasta que desaparezca</b>.</li> <li>• Si los síntomas, además de la fiebre, no desaparecen, continúa aislado hasta que desaparezcan o hasta después del día 10.</li> </ul> <p>Usa una mascarilla ajustada<sup>2</sup> cuando te encuentres con otras personas durante los siguientes 10 días.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Quédate en casa por lo <b>menos durante 5 días</b>, después de tu último contacto con alguna persona con COVID-19.</li> <li>• Hazte la prueba en el <b>día 5</b> – para más información busca en <a href="#">Find Testing</a> (sitios de pruebas).</li> <li>• Puedes regresar a trabajar después del día 5 <b>si</b>:             <ul style="list-style-type: none"> <li>○ Los síntomas han desaparecido; y</li> <li>○ Una prueba de diagnóstico (muestra de antígenos o PCR) tomada en el <b>día 5</b> da <b>negativo</b>.</li> </ul> </li> <li>• Si no puedes hacerte una prueba o prefieres no hacerlo y ya no tienes síntomas o están disminuyendo, la cuarentena puede terminar <b>después del día 10</b>.</li> <li>• Utiliza una mascarilla ajustada<sup>2</sup> cuando te encuentres con otras personas en tu lugar de trabajo, en el interior, en vehículos, en el campo cuando estés trabajando cerca de otros, etc.) por lo <b>menos durante 10 días</b> después de la exposición.</li> <li>• Si la prueba da positivo, sigue los pasos de aislamiento de abajo.</li> </ul> <p>Si tienes síntomas, hazte la prueba y quédate en casa.</p>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Hazte la prueba en el <b>día 5</b> – para más información <a href="#">Find Testing</a> (sitios de pruebas)</li> <li>• Utiliza una mascarilla ajustada<sup>2</sup> cuando te encuentres con otras personas (en tu trabajo, en interiores, en vehículos, en el campo de trabajo al estar cerca de otros, etc.) por lo <b>menos 10 días</b> después de la exposición.</li> <li>• Si la prueba es positiva, sigue los pasos sobre aislamiento que están abajo</li> </ul> <p>Si se presentan síntomas, hazte la prueba y quédate en casa.</p>
<p>Todas las personas expuestas, incluso aquellos que están completamente vacunados o se han contagiado previamente, deben estar pendientes sobre la aparición de síntomas del COVID-19 y adherirse estrictamente a <a href="#">todas las recomendaciones sobre intervenciones no farmacéuticas</a> (por ejemplo, utilizar una mascarilla, mantener</p>		

una distancia de por lo menos seis pies de otras personas que no son parte del hogar, lavarse las manos frecuentemente o usar desinfectante para manos, evitar las multitudes y lugares interiores poco ventilados) por lo menos durante **10 días** después del último día de exposición.

**Definición de contacto cercano:** el contacto cercano ocurre a través de la proximidad y la duración de la exposición. Alguien que se encuentra a **menos de 6 pies de distancia de una persona contagiada durante un total acumulativo de 15 minutos o más durante** un periodo de 24 horas se considera un contacto cercano.

**Cuarentena o aislamiento:** puede ser que el departamento de salud requiera de una cuarentena/aislamiento más largo o corto, dependiendo de las condiciones específicas del caso o la transmisión local de la enfermedad. Si las autoridades de salud locales o estatales emiten una orden de cuarentena o aislamiento para un empleado, el empleado no debe regresar a trabajar hasta que el periodo de aislamiento o cuarentena se haya completado o la orden sea retirada. Si no se especifica un periodo de tiempo o si el departamento de salud no ofrece recomendaciones específicamente sobre tú caso de exposición, entonces usa esta guía.

1. Ve [California COVID-19 Vaccines Booster Recommendations](#) (Recomendaciones para la vacuna de refuerzo contra el COVID-19 de California) para el criterio usado para la vacunación y refuerzo.
2. Para más información, ve a [CDPH Get the Most Out of Masking](#) (CDPH obtén el mejor uso de la mascarilla) y [UC ANR Mask Protocol](#) (Protocolo de ANR para el uso de mascarilla).

Guía del CDPH 12/30/2021 <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/Guidance-on-Isolation-and-Quarantine-for-COVID-19-Contact-Tracing.aspx>