

COVID-19: Recomendaciones sobre Contactos Cercanos para Trabajadores No Sanitarios



El rastreo de contactos que se llevó a cabo en su lugar de trabajo reveló una posible exposición a un caso confirmado de COVID-19. **Usted fue identificado como un contacto cercano a un paciente positivo para COVID-19 y es posible que haya estado expuesto al virus.** Según los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), el virus se transmite principalmente entre personas que están en contacto cercano entre sí (a menos de 6 pies de distancia durante 15 minutos o más) a través de gotitas respiratorias que se producen cuando una persona infectada tose o estornuda.

Recibir la noticia de una posible exposición puede ser preocupante, pero el contacto con alguien que tenga COVID-19 no implica necesariamente que usted contraerá COVID-19 o se enfermará gravemente. La mayoría de las personas con COVID-19 tienen síntomas leves y pueden recuperarse en casa. Algunas personas que son portadoras del virus pueden no tener ningún síntoma en absoluto. Es por ello que su empleador está trabajando estrechamente con el Departamento de Salud Pública del Condado de Santa Clara a fin de tomar precauciones para evitar una mayor exposición.

Consulte las instrucciones siguientes sobre cuarentena, darse de baja en el trabajo, atención clínica y pruebas.

Pruebas y Cuarentena / Aislamiento

Como contacto cercano de un caso confirmado de COVID-19, se le indica que **se ponga en cuarentena en casa y se haga la prueba** como se indica a continuación. No obstante, **si ha sido completamente vacunado**, es posible que *no* necesite guardar cuarentena si cumple ciertas condiciones, aunque deberá hacerse la prueba de todos modos. Visite ccstayhome.org para obtener más información.

Si no se ha vacunado completamente, debe quedarse en casa, incluso si la prueba da negativo, porque puede tardar hasta 14 días en desarrollar la infección de COVID-19.

Todos los contactos cercanos y cualquier persona con síntomas de COVID-19 independientemente si tiene la vacuna o no:

- Hágase la prueba inmediatamente y vuélvesela a hacer 5 días después de su última exposición al caso.
- Complete su período de cuarentena de 10 días, si no esta completamente vacunado y/o es sintomático.
- Hay que monitorear por síntomas por 14 días.

Si tiene o desarrolla síntomas de COVID-19 (independientemente de si se ha vacunado por completo):

- Hágase la prueba de inmediato y apártese de los miembros de su hogar tanto como sea posible.
 - Si su prueba da positivo, debe permanecer aislado en su casa hasta que hayan transcurrido al menos 10 días desde que comenzaron sus síntomas Y después de pasar al menos 24 horas sin fiebre (sin usar medicamentos antifebriles), y con mejoría en cualquier otro síntoma.
 - Si su prueba da negativo y se la hizo **antes** de los **5 días** de su última exposición al caso, debe ponerse en **cuarentena en casa** durante **10 días** completos y **volver a hacerse la prueba 5 días** después de su última exposición al caso.
 - Si su prueba da negativo y se la hizo **el quinto día desde su última exposición al caso o después**, **no se necesitan pruebas adicionales**, pero aún debe guardar **cuarentena en su casa** durante **10 días** completos.

Exención de cuarentena por infección anterior: si ha tenido COVID en los últimos 90 días y no tiene síntomas, no necesita ponerse en cuarentena. Consulte información adicional en línea [aquí](#).

Si desarrolla síntomas de COVID-19 (fiebre, tos, dificultad para respirar, escalofríos, sudores nocturnos, dolor de garganta, náuseas, vómitos, diarrea, cansancio, dolores musculares o corporales, dolores de cabeza, confusión o pérdida del sentido del olfato o gusto), contacte a su médico de inmediato. Si no tiene médico,

puede comunicarse con el Santa Clara Valley Medical Center, Línea de Valley Connection al 1-888-334-1000 y pedir hablar con una enfermera asesora.

Exclusión del Trabajo

No debe ir a su lugar de trabajo durante la cuarentena, pero puede trabajar de forma remota si su empleador lo permite. Una vez cumplidos los requisitos de las pruebas y el período de cuarentena arriba descritos, puede volver al lugar de trabajo si sigue las recomendaciones de su empleador, que pueden ser específicas para su puesto.

Para más información sobre el COVID-19, visite nuestro sitio web en www.sccgov.org/covid19. Gracias por poner de su parte para detener la propagación del virus y mantener saludable a nuestra comunidad.

V: 8.10 ..2021