



Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades
CDC 24/7: Salvamos vidas. Protegemos a la gente™

Enfermedad del coronavirus 2019 (COVID-19)

MENÚ >



Descargo de responsabilidad: Este sitio web se actualiza con frecuencia. Parte de su contenido puede estar disponible en inglés hasta que se haya traducido todo el contenido.

Cuándo ponerse en cuarentena

Quédate en su casa si puede haber estado expuesto al COVID-19

Actualizado el 2 de dic. del 2020

[Imprimir](#)

Autoridades de salud pública locales determinan y establecen las opciones de cuarentena para sus jurisdicciones. La **cuarentena** se usa para mantener a quienes *podrían haber estado expuestos al COVID-19* lejos de otras personas. La cuarentena ayuda a prevenir la propagación de la enfermedad, que puede producirse antes de que una persona sepa si está enferma o infectada por el virus sin tener síntomas. Las personas en cuarentena deben quedarse en sus casas, mantenerse alejadas de otras personas, monitorear su salud y seguir las instrucciones de su departamento de salud local o estatal.

Cuarentena o aislamiento: ¿cuál es la diferencia?

La **cuarentena** mantiene a una persona que pudo haber estado expuesta al virus alejada de otras personas.

El **aislamiento** mantiene a quienes fueron infectados por el virus lejos de las demás personas, incluso en su casa.

¿Quiénes deben cumplir con la cuarentena?

Las personas que han tenido **contacto cercano** con una persona con COVID-19, excepto las personas que ya tuvieron COVID-19 en los últimos 3 meses.

Las personas con resultado positivo en la prueba de detección del COVID-19 no necesitan hacer cuarentena o repetir la prueba por hasta 3 meses, siempre y cuando no vuelvan a manifestar síntomas. Las personas que vuelven a manifestar síntomas dentro de los 3 meses de su primer brote de COVID-19 pueden necesitar una nueva prueba de detección si no se identifica otra causa para sus síntomas.

¿Qué se considera **contacto cercano**?

- Si estuvo a menos de 6 pies de distancia de una persona que tiene COVID-19 por 15 minutos o más
- Si cuidó en casa a una persona enferma con COVID-19
- Si tuvo contacto físico con la persona (la abrazó o la besó)
- Si compartió utensilios para comer o beber
- Si la persona estornudó o tosió sobre usted, o si le llegaron de alguna otra manera sus gotitas respiratorias

Medidas que hay que

Quédate en casa y monitoree su salud

tomar

- Quédese en casa por 14 días después de su último contacto con una persona que tiene COVID-19.
- Esté atento a la aparición de fiebre (100.4 °F), tos, dificultad para respirar u [otros síntomas](#) del COVID-19
- De ser posible, manténgase alejado de los demás, especialmente de las personas con [mayor riesgo](#) de enfermarse gravemente a causa del COVID-19

Opciones para reducir la cuarentena

Los CDC y otros científicos han analizado la posibilidad de cambiar la recomendación actual de hacer cuarentena por 14 días después de la última exposición. Al reducir la duración de la cuarentena, a las personas les resultaría más fácil respetar la cuarentena ya que tendrían menos dificultades económicas si no pueden trabajar durante ese lapso. Además, un periodo de cuarentena más corto puede disminuir la presión en el sistema de salud pública, especialmente cuando los casos nuevos de infecciones aumentan rápidamente.

Las autoridades locales de salud pública toman las decisiones finales en cuanto al tiempo que debe durar la cuarentena en las comunidades en las que prestan sus servicios, según las condiciones y necesidades locales. Siga las recomendaciones de su departamento de salud pública local si debe cumplir la cuarentena.

Ahora los CDC recomiendan otras dos opciones para la duración de la cuarentena. Con base en la disponibilidad de las pruebas virales a nivel local, la cuarentena de las personas sin síntomas puede finalizar:

- El día 10 sin pruebas
- El día 7 luego de haber obtenido un resultado negativo en la prueba

Una vez finalizada la cuarentena, las personas deberían:

- Estar atentas a los síntomas hasta 14 días después de la exposición.
- Si presentan síntomas, deberían aislarse de inmediato y notificarle a la autoridad de salud pública local o al proveedor de atención médica.
- Usar mascarilla, mantener una distancia de al menos 6 pies del resto, lavarse las manos, evitar multitudes y tomar otras medidas para [prevenir la propagación del COVID-19](#).

Los CDC siguen apoyando la cuarentena por 14 días y reconocen que una cuarentena que dure menos de 14 días compensa la carga que podría reducirse frente a una mínima posibilidad de propagación del virus. Los CDC continuarán evaluando la nueva información y actualizarán las recomendaciones según sea necesario. Vea [Opciones para reducir la cuarentena para contactos de personas con infección por SARS-CoV-2 a través del monitoreo de síntomas y las pruebas de diagnóstico](#) que proporciona una guía sobre las opciones para reducir la duración de la cuarentena.

Casos confirmados o presuntos de reinfección por el virus que causa el COVID-19

[Se notificaron casos de reinfección](#) por el COVID-19, pero son poco frecuentes. En términos generales, reinfección significa que una persona se ha infectado (se enfermó) una vez, se recuperó y más adelante se volvió a infectar. Teniendo en cuenta lo que sabemos acerca de otros virus similares, es de esperar que surjan casos de reinfección.

Última actualización: 2 de dic. del 2020