



Periodos de Aislamiento y Cuarentena Más Cortos para el Público en General

El condado de Humboldt se está alineando con los [nuevos lineamientos estatales](#) que permiten períodos de aislamiento y cuarentena más cortos para las personas que se han infectado o se han expuesto al COVID-19. Las nuevas reglas del estado son similares a los [lineamientos recientemente modificados de los CDC](#), pero agregan un requisito de pruebas para acortar el aislamiento o la cuarentena.

Personas con un resultado positivo en la prueba (aislamiento)

- Deben ponerse en aislamiento durante un mínimo de 5 días (anteriormente era un mínimo de 10 días).
- El aislamiento puede terminar si la persona se hace una prueba a partir del día 5, los resultados son negativos y no tiene síntomas o sus síntomas están mejorando. Es posible utilizar una [prueba casera de antígenos para poner fin al aislamiento](#).
- Utilice una mascarilla facial bien ajustada cuando esté cerca de otras personas durante un total de 10 días, especialmente en interiores.

Personas Expuestas a Alguien con COVID-19 (Cuarentena) Independientemente de su status de vacunación

- Aquellas personas infectadas en los 90 días anteriores no necesitan hacerse la prueba, realizar cuarentena, o faltar al trabajo a menos que desarrollen síntomas.
- Hacerse la prueba de 3 a 5 días después de su última exposición, una prueba rápida de antígeno puede utilizarse para terminar con la cuarentena.
- Para la guía de uso de cubrebocas del CDPH, los contactos cercanos deberán usar mascarillas ajustadas cuando estén con otras personas por un total de 10 días, especialmente en espacios interiores y cuando se este cerca de aquellos con riesgo mayor de contraer COVID-19 severo.
- Se les recomienda altamente vacunarse o aplicar las dosis de refuerzo.
- Si desarrolla síntomas, hágase la prueba y quedese en casa.
- Use un cubrebocas ajustado cuando este alrededor de otras personas por un total de 10 días, especialmente en espacios interiores.
- Aquellos sin la capacidad de realizarse la prueba o decidan no hacerse la prueba, deberán hacer cuarentena por 10 días

En el caso de las personas que ya recibieron la vacuna de refuerzo o que están completamente vacunadas y todavía no son elegibles para la vacuna de refuerzo, no es necesario que se pongan en cuarentena después de una exposición. Sin embargo, deben hacerse la prueba 5 días después de la exposición para mayor seguridad.

Estos lineamientos son para el público en general y no aplican a los trabajadores de salud, quienes tienen [su propio lineamiento sobre el aislamiento y la cuarentena](#). Los trabajadores y [los estudiantes de los grados K-12](#) deben consultar al personal de su escuela o a su empleador respecto a los requisitos para regresar a la escuela o al trabajo, ya que los lineamientos del estado pueden ser diferentes en dichos lugares.

Para obtener más información, consulte los lineamientos de aislamiento y cuarentena de California o llame al Centro Salud Pública del Condado de Humboldt al 1-707-445-6201.

Cortesía de los Servicios de Salud de Contra Costa
Salud Pública de Humboldt al 707-445-6201
HHSPHB@co.humboldt.ca.us