



**Descargo de responsabilidad:** Actualmente, se están realizando importantes actualizaciones al sitio en español sobre COVID-19 que podrían generar demoras en la traducción del contenido. Le pedimos disculpas por los inconvenientes.

# Aislamiento y precauciones para personas con COVID-19

Actualizado el 11 de ago. del 2022

¿Busca la calculadora de cuarentena y aislamiento? En este momento la estamos actualizando y la publicaremos aquí cuando esté disponible.

Si estuvo expuesto al COVID-19, debería empezar a tomar precauciones.

Esta información está dirigida al público en general. Los profesionales de atención médica pueden consultar [Cuándo suspender el aislamiento y las precauciones para personas con COVID-19](#). El objetivo de esta guía de los CDC es complementar —no reemplazar— cualquier ley, norma o reglamento federal, estatal, local, territorial o tribal de salud y seguridad.

Si tiene COVID-19, puede propagar el virus a otras personas. Existen precauciones que puede tomar para prevenir contagiar a otros: aislarse, usar mascarilla y evitar el contacto con personas que tienen más riesgo de enfermarse gravemente. El aislamiento es la medida que se adopta para separar a las personas con COVID-19 confirmado o presunto de las que no tienen COVID-19.

Estas recomendaciones no cambian con base en los [niveles de COVID-19 en las comunidades](#). Si tiene COVID-19, vea también la información adicional sobre los [tratamientos](#) que pueda haber disponibles para usted.



**Para profesionales de la salud:** [Cuándo suspender el aislamiento y las precauciones para personas con COVID-19](#)



## ¿Cuándo aislarse?

Más allá de que esté vacunado o no, **debe aislarse de otras personas si tiene COVID-19. También debe aislarse si está enfermo y sospecha que podría tener COVID-19 pero todavía no tiene los resultados de la prueba de detección.** Si su resultado es positivo, siga todas las recomendaciones de aislamiento a continuación. Si su resultado es negativo, puede suspender el aislamiento.



SI SU PRUEBA ES  
**negativa**

Puede suspender su aislamiento



SI SU PRUEBA ES  
**positiva**

Siga todas las recomendaciones de aislamiento a continuación

Cuando tiene COVID-19, el aislamiento se cuenta en días, de la siguiente manera:

Si no tuvo **síntomas**

Si tuvo **síntomas**

- El día 0 es el día que se hizo la prueba (no el día que recibió el resultado positivo)
- El día 1 es el primer día completo después del día en que se hizo la prueba
- Si presenta síntomas dentro de los 10 días, o cuando ya se hizo la prueba, el recuento empieza de nuevo y vuelve al día 0 el día de la aparición de los síntomas
- El día 0 de aislamiento es el día que aparecieron los síntomas, más allá de cuándo recibió el resultado positivo
- El día 1 es el primer día completo después del día en que presentó síntomas



## Aislamiento

Si su prueba es positiva para COVID-19, quédese en casa por al menos 5 días y aíslese de otras personas de su hogar. Probablemente sea más infeccioso durante los primeros 5 días.

- Use una mascarilla de muy buena calidad si debe estar en contacto con otras personas en su casa o en un lugar público.
- No vaya a lugares donde no puede usar una mascarilla, lo que incluye viajar y permanecer en ámbitos de transporte público.
- Quédese en casa y apartado de otras personas tanto como pueda.
- Use un baño separado, si es posible.
- Tome medidas para [mejorar la ventilación](#) en casa, tanto como sea posible.
- No comparta los artículos del hogar de uso personal como tazas, toallas y utensilios.
- Esté atento a la aparición de [síntomas](#). Si tiene una [señal de advertencia de emergencia](#) (como dificultad para respirar), busque atención médica de emergencia inmediatamente.
- Aprenda más sobre [qué hacer si tiene COVID-19](#).



## Suspender el aislamiento

Suspenda el aislamiento en función de la gravedad de sus síntomas de COVID-19.

### Si no tuvo síntomas

Puede suspender el aislamiento después del día 5.

### Si tuvo síntomas

Puede suspender el aislamiento después del día 5 si:

- Pasó 24 horas sin fiebre, sin la necesidad de usar un medicamento antitérmico
- Sus síntomas están mejorando

Si todavía tiene fiebre o no mejoraron sus otros síntomas, siga aislado hasta mejorar.

Si tuvo [enfermedad moderada](#)  (tuvo dificultad para respirar o falta de aire) o [grave](#)  (estuvo hospitalizado) a causa del COVID-19, o si tiene un sistema inmunitario debilitado, debe aislarse hasta el día 10.

Si estuvo [gravemente enfermo](#)  o tiene un sistema inmunitario debilitado, consulte a su médico antes de suspender el aislamiento. Es posible que suspender el aislamiento sin una prueba viral no sea la opción correcta para usted.

Si no sabe con certeza si sus síntomas son moderados o graves, o si tiene un sistema inmunitario debilitado, hable con un proveedor de atención médica para pedirle orientación.

Más allá del momento en el que suspende el aislamiento, evite estar con personas que tienen más riesgo de enfermarse gravemente a causa del COVID-19 hasta al menos el día 11. Recuerde usar una mascarilla de muy buena calidad en lugares cerrados cuando está con otras personas en casa o en público, y no ir a lugares donde no puede usar mascarilla, hasta que pueda suspender su uso (ver abajo).

La pérdida del gusto y el olfato pueden durar semanas o meses después de la recuperación, pero no son motivo para demorar la suspensión del aislamiento.



## Cuándo dejar de usar mascarilla

Una vez que haya terminado su aislamiento y se sienta mejor (no tenga fiebre sin el uso de medicamentos antitérmicos y sus síntomas estén mejorando):

- Use su mascarilla hasta el día 10.

O

- Si tiene acceso a pruebas de antígenos, considere usarlas. Con dos pruebas negativas consecutivas con un intervalo de 48 horas, puede dejar de usar la mascarilla antes del día 10.

Importante: Si el resultado de su prueba de antígenos<sup>1</sup> es positivo, significa que todavía podría ser infeccioso. Debe seguir usando una mascarilla y dejar transcurrir al menos 48 horas para hacerse otra prueba. Siga haciéndose pruebas de antígenos con un intervalo de al menos 48 horas entre ellas hasta tener dos resultados negativos consecutivos. Esto puede significar que deba seguir usando una mascarilla y haciéndose pruebas más allá del día 10.

Una vez que suspendió el aislamiento, si reaparecen o empeoran sus síntomas del COVID-19, vuelva a iniciar el aislamiento desde el día 0. Consulte a un proveedor de atención médica si tiene preguntas acerca de sus síntomas o sobre cuándo suspender el aislamiento.

<sup>[1]</sup> Tal como señalan las etiquetas de la Administración de Alimentos y Medicamentos de las pruebas de antígenos de venta sin receta médica autorizadas, los resultados negativos de estas pruebas no descartan la infección por SARS-CoV-2 y no se debe basar ninguna decisión de tratamiento o manejo del paciente, incluidas las medidas de control de infecciones, exclusivamente en estos resultados.