



Puntos de conversación: Recomendaciones actuales sobre el aislamiento de COVID-19

- **La semana pasada, el [Washington Post informó](#) de que los CDC podrían eliminar sus pautas de aislamiento por COVID-19, pero aún no se han anunciado cambios.**
 - Según las posibles pautas actualizadas, las personas que den positivo en la prueba de COVID-19 solo tendrían que aislarse hasta no tener fiebre durante al menos 24 horas sin utilizar medicamentos para reducir la fiebre y tener una mejoría en los síntomas.
 - No sabemos si estas pautas implicarán el uso de mascarilla o si habrá pautas diferentes para las personas de alto riesgo que tengan COVID-19.
 - Se espera que los CDC publiquen sus nuevas pautas en abril.
- **Las [pautas actuales de los CDC](#) recomiendan que las personas que dan positivo en la prueba de COVID-19 se aíslen durante cinco días.**
 - Durante el periodo de aislamiento de cinco días, los CDC recomiendan llevar [una mascarilla de alta calidad](#) cuando estés cerca de otras personas, evitar los viajes, tomar medidas para [mejorar la ventilación](#) de tu casa y utilizar un cuarto de baño y artículos personales separados de los de las otras personas que viven en tu hogar.
 - Si tus síntomas no mejoran en cinco días, los CDC indican que debes seguir aislado hasta no tener fiebre durante 24 horas sin utilizar medicamentos para reducir la fiebre y experimentar una mejoría de los síntomas.
 - Si sabes que has estado expuesto al virus del COVID-19, los [CDC recomiendan](#) llevar una mascarilla de alta calidad cuando estés cerca de otras personas durante los diez días posteriores a la exposición y estar atento a síntomas como fiebre, tos o dificultad para respirar. Si presentas síntomas, hazte la prueba lo antes posible y aíslate hasta obtener el resultado.
- **La propagación del COVID-19 no ha cambiado.**
 - Si estás enfermo con COVID-19, puedes infectar a otras personas [durante cinco a 12 días](#), o más.
 - Los pacientes moderada o gravemente inmunodeprimidos pueden [permanecer infecciosos más de 20 días](#).
 - [Estar al día con las vacunas](#) contra el COVID-19, utilizar una mascarilla de alta calidad en espacios públicos y mejorar la ventilación en las reuniones en lugares cerrados son precauciones eficaces para protegerte contra el COVID-19.



Preguntas frecuentes: Recomendaciones actuales sobre el aislamiento de COVID-19

1. ¿Cuánto tiempo debo aislarme si doy positivo en mi prueba de COVID-19?

Las [pautas actuales de los CDC](#) recomiendan que, si das positivo en tu prueba de COVID-19, te aísles durante cinco días desde el inicio de tus síntomas. Si no presentas síntomas, debes aislarte durante cinco días a partir de la fecha en que hiciste la prueba.

Durante el periodo de aislamiento de cinco días, utiliza [una mascarilla de alta calidad](#) cuando estés con otras personas, evita viajar, toma medidas para mejorar la ventilación de tu casa y utiliza un baño y objetos personales separados de los demás miembros de tu hogar.

Si tus síntomas no mejoran en cinco días, los CDC indican que continúes aislado hasta no tener fiebre durante 24 horas sin utilizar medicamentos para reducir la fiebre y experimentar una mejoría en los síntomas. Si estás enfermo de COVID-19, es probable que permanezcas contagioso [entre cinco y 12 días](#), pero algunas personas pueden [seguir siéndolo durante más de 20 días](#).

2. ¿Qué debo hacer si he estado expuesto al COVID-19?

Si sabes que has estado expuesto al virus del COVID-19, los [CDC recomiendan](#) llevar una mascarilla de alta calidad cuando estés cerca de otras personas durante los 10 días posteriores a la exposición y estar atento a síntomas como fiebre, tos o dificultad para respirar. Si presentas síntomas, hazte la prueba lo antes posible y aíslate hasta obtener el resultado.

3. ¿Cómo puedo hacerme la prueba del COVID-19?

Puedes hacerte la prueba de COVID-19 en un consultorio médico o en casa. Existen [dos tipos de pruebas](#) para identificar una infección actual por COVID-19: pruebas de PCR y pruebas de antígenos.

Las pruebas de PCR son el estándar de las pruebas de COVID-19, ya que son las más precisas. Puedes hacerte una prueba de PCR en un centro de salud. Los resultados pueden tardar hasta tres días.

Las pruebas de antígenos son pruebas rápidas de fácil acceso que producen resultados en un plazo de 15 a 30 minutos. Los CDC afirman que los resultados positivos de las pruebas de antígenos son muy precisos y confiables. Sin embargo, un resultado negativo [no descarta la infección](#). Las pruebas de antígenos tienen menos probabilidades de detectar una infección por COVID-19 que una prueba de PCR realizada en un centro de salud, especialmente si no tienes síntomas.

La [FDA recomienda](#) que te realices dos pruebas de antígenos con 48 horas de diferencia si tienes síntomas o tres pruebas de antígenos con 48 horas de diferencia si no tienes síntomas. Puedes pedir pruebas gratis de antígenos [a través del servicio postal](#) de EE.UU. o adquirirlas en tu farmacia.