

# Cuarentena o aislamiento en casa

La cuarentena y el aislamiento son dos formas de evitar que los gérmenes se propaguen. Son parecidos, pero tienen diferencias importantes.

- Cuarentena significa quedarse en casa si se ha estado expuesto a una enfermedad contagiosa para ver si se enferma.
- Aislamiento significa que ya está enfermo y que debe mantenerse alejado de las personas que no lo están. ¡Incluso en su propia casa!

## Más información sobre la cuarentena

La cuarentena sucede cuando:

- Está esperando los resultados de una prueba para saber si tiene un virus como el COVID, el sarampión o la gripe.
- Le dicen o sabe que ha estado expuesto a una enfermedad, aunque no sepa cómo o cuándo ocurrió.
- Tiene la enfermedad, pero no presenta ningún signo o síntoma.

## Quédese en casa

Cuando esté "en cuarentena", debe quedarse en casa y evitar salir al público. Esto significa no ir a la guardería, a la escuela, al trabajo, a actividades en grupo o sociales, a eventos deportivos o recreativos, y a lugares públicos como tiendas de comida, centros comerciales o al cine. Su doctor o enfermera le dirá cuánto tiempo necesita estar en cuarentena. Esto puede depender de:

- La enfermedad a la que ha estado expuesto.
- Los resultados de sus pruebas si se las están realizando.
- Si muestra síntomas de estar enfermo.

## Más información sobre el aislamiento

El aislamiento ocurre cuando ya se está enfermo de una enfermedad contagiosa. Sabe que está enfermo porque:

- Tiene signos y síntomas.
- Su doctor o enfermera le ha dicho que ha dado positivo en la prueba.

## Quédese en casa y aléjese de los demás

Cuando esté "aislado", debe permanecer en casa y en su propia habitación el mayor tiempo posible. No debe tener visitas. Es posible que usted o las personas de su casa deban usar mascarillas o guantes.

Su doctor o enfermera le dirá cuánto tiempo necesita aislarse. Esto puede depender de:

- La enfermedad que padece.
- Los resultados de sus pruebas si se las están realizando.
- Si presenta menos signos y síntomas.

Su equipo de atención médica recomienda \_\_\_\_\_ días de:

- Cuarentena
- Aislamiento

Estas instrucciones sólo son guías generales. Su proveedor de atención médica puede darle instrucciones especiales. Por favor, hablele a su proveedor de atención médica si tiene cualquier pregunta o preocupación.