



# PARA PUBLICACIÓN INMEDIATA

## Departamento de Salud de Mono County

[www.monohealth.com/Coronavirus](http://www.monohealth.com/Coronavirus)

Thomas J. Boo, MD  
Mono County  
Funcionario local de salud  
[tboo@mono.ca.gov](mailto:tboo@mono.ca.gov)

Justin Caporusso  
Mono County  
Teléfono: (916) 412-0571  
[justin@caporussocommunications.com](mailto:justin@caporussocommunications.com)

## EL CDPH PUBLICA LA ACTUALIZACIÓN DE LA GUÍA SOBRE AISLAMIENTO Y EXPOSICIÓN AL COVID-19

**25 de enero de 2024** – El pasado 9 de enero de 2024, el Departamento de Salud Pública de California (CDPH) publicó una nueva [Guía sobre el aislamiento y exposición al Coronavirus \(COVID-19\)](#). Esta guía tiene como finalidad ayudar a las personas a reincorporarse más pronto a sus actividades normales. La División de Seguridad y Salud Ocupacional de California (Cal/OSHA) ha adoptado simultáneamente estas directrices como normas para la mayoría de los lugares de trabajo de California.

### **RESUMEN DE LAS DIRECTRICES ACTUALIZADAS**

1. Si tiene síntomas de COVID-19, quédese en casa hasta que no haya tenido fiebre durante 24 horas sin utilizar medicamentos contra la fiebre, **Y** cuando otros síntomas de COVID-19 sean leves y vayan mejorando. Si usted no tiene síntomas, debe seguir las recomendaciones que figuran a continuación para reducir la exposición a otras personas, pero no es necesario que se aisle.
2. Póngase una mascarilla cuando esté rodeado de otras personas en interiores durante los 10 días\* posteriores a que enferme o dé positivo (si no tiene síntomas) en la prueba de COVID-19. Puede dejar de usar la mascarilla antes de 10 días si tiene ya dos pruebas negativas sucesivas con al menos un día de separación. El día 0 es la fecha en que comienzan los síntomas o la fecha de la prueba positiva.
3. Evite el contacto con personas con mayor riesgo de COVID-19 grave durante 10 días\*. Las personas con mayor riesgo son los ancianos, las personas que viven en centros de cuidados colectivos y las que tienen afecciones que comprometen el sistema inmunológico y las exponen a un mayor riesgo de contraer enfermedades graves.
4. Busque tratamiento. Si usted tiene síntomas, sobre todo si tiene mayor riesgo de contraer COVID-19 grave, hable con un proveedor de atención médica tan pronto como dé positivo, ya que puede ser elegible para recibir medicamentos antivíricos u otros tratamientos. Los medicamentos antivíricos para COVID-19 funcionan

mejor si se toman lo antes posible, y en un plazo de 5 a 7 días desde que comenzaron los síntomas. Llame al (833) 422-4255 si no puede comunicarse con un proveedor de atención médica, o utilice las opciones de tratamiento para encontrar uno.

### **RECOMENDACIONES DESPUÉS DE UN CONTACTO CERCANO CON EL COVID-19**

- Si tiene nuevos síntomas de COVID-19, hágase la prueba y póngase una mascarilla de inmediato.
- Si no tiene síntomas, pero tiene mayor riesgo de contraer COVID-19 grave y se beneficiaría del tratamiento, debe hacerse la prueba en un plazo de 5 días.
- Si no tiene síntomas y está en contacto con personas con mayor riesgo de infección grave, debe ponerse una mascarilla cuando esté cerca de esas personas en interiores durante 10 días. Considere la posibilidad de hacerse la prueba en los 5 días siguientes a la fecha de exposición más reciente (día 0) y antes de tener contacto con personas con mayor riesgo. Si desea obtener más detalles, consulte la [Guía sobre las pruebas de COVID-19](#) del CDPH.

### **ENTORNOS DE TRABAJO**

En el lugar de trabajo, los empleadores están sujetos al Reglamento Cal/OSHA COVID-19 para casos que no sean de emergencia o, en algunos lugares de trabajo, al Reglamento Cal/OSHA sobre enfermedades transmisibles por aerosol (ATD) y deben consultar dichos reglamentos para conocer los requisitos adicionales aplicables. En determinadas situaciones o entornos de atención médica y otros centros cubiertos, servicios y operaciones, se requiere el uso de mascarillas quirúrgicas o respiradores.

Hay que tener en cuenta que la aplicación de esta guía depende de que las personas estén dispuestas a hacerse la prueba del COVID-19 y a usar mascarillas si dan positivo y así para proteger a otras personas. La eficacia de las mascarillas varía, y todas ellas deben utilizarse de forma adecuada y constante para reducir las posibilidades de contagio de COVID-19. Consulte más información en la publicación [Uso y cuidado de las mascarillas](#) de los CDC.

Haga clic [aquí](#) para obtener información adicional sobre la guía revisada, que ahora difiere de la guía de aislamiento publicada anteriormente por los CDC, y algunas opiniones del Dr. Tom Boo, funcionario de salud de Mono County.

*\*El período potencialmente infeccioso es de 2 días antes de la fecha en que comenzaron los síntomas o de la fecha de la prueba positiva (si no hay síntomas) hasta el día 10. (El día 0 es la fecha en que han comenzado los síntomas o la fecha en que se obtenga una prueba positiva).*

**-###-**