

Qué hacer si obtiene un resultado positivo en la prueba de COVID-19

Resumen de los cambios del 12 de abril de 2023

- Se aclaró la información sobre el [aislamiento en determinados entornos de alta concentración de personas](#).
- Se actualizó el enlace de las pautas para los centros de atención médica.

Introducción

Si obtiene un resultado positivo en la prueba de COVID-19, puede ayudar a detener la propagación de la enfermedad a otras personas. Siga las pautas que se describen a continuación sobre el tratamiento, el aislamiento y el uso de la mascarilla. Siga también las políticas de la jurisdicción local de salud, del lugar de trabajo, de la empresa o de la escuela para las personas que obtengan un resultado positivo en la prueba de COVID-19, que pueden ser más restrictivas que las pautas del Departamento de Salud del Estado de Washington.

- Las personas que se alojen, trabajen o estén de visita en un centro de salud deben seguir las pautas establecidas en la sección de [prevención de infección por COVID-19 en entornos de atención médica](#) (solo en inglés).
- Si trabaja o se aloja en un lugar de trabajo concurrido, una vivienda para trabajadores temporales, un entorno marítimo comercial, un centro penitenciario o de detención, un refugio para personas sin hogar o una vivienda de transición, siga las pautas que se incluyen en la sección [En caso de alojarse o trabajar en alguno de estos entornos con alta concentración de personas](#).

Determine si necesita tratamiento

Si obtiene un resultado positivo y tiene más probabilidades de enfermarse gravemente de COVID-19 debido a su edad o a las afecciones para las que toma medicamentos de forma crónica, existen tratamientos que pueden reducir sus posibilidades de ser hospitalizado o morir por la enfermedad. Un proveedor de atención médica debe recetar los medicamentos para tratar el COVID-19, y estos se deben empezar a tomar lo antes posible tras el diagnóstico para que sean eficaces. Comuníquese de inmediato con un proveedor de atención médica para determinar si puede recibir tratamiento, incluso si los síntomas que presenta son leves en este momento. Visite la página web del DOH (por su sigla en inglés, Departamento de Salud del Estado de Washington) si desea obtener más información para usted y su proveedor de atención médica sobre los [tratamientos específicos contra el COVID-19](#) (disponible también en otros idiomas) y cómo acceder a ellos.

Debe aislarse en casa

Las personas que obtengan un resultado positivo en las pruebas de COVID-19 o tengan síntomas de esta enfermedad y estén esperando los resultados de las pruebas deben aislarse en sus hogares, excepto aquellos que deban recibir atención médica. Las personas que tengan COVID-19 pueden contagiar la enfermedad. El aislamiento ayudará a prevenir que otras personas se enfermen. [Debe aislarse independientemente de su estado de vacunación](#). Si una persona vacunada se contagia de COVID-19, puede seguir transmitiendo la infección a otras personas, pero el hecho de estar vacunada contra la enfermedad hace que tenga menos probabilidades de ser hospitalizada o de morir por COVID-19. Pídale a otras personas que hagan las compras por usted o utilice un servicio de reparto de comestibles. Si necesita alimentos u otro tipo de asistencia mientras está aislado en su hogar, [Conectados a la atención de Washington](#) (disponible también en otros idiomas) está disponible. Llame a la

línea directa de información sobre el COVID-19 al 1-800-525-0127 y luego presione #, o comuníquese con el centro [Conectados a la atención de Washington](#) (disponible también en otros idiomas). Se ofrece asistencia lingüística. No viaje; no vaya al trabajo, a la escuela, al centro de cuidado infantil o a lugares públicos, ni utilice el transporte público, los medios de transporte compartidos o taxis. Durante el aislamiento:

- Manténgase lo más alejado posible de los demás en casa, incluidos los miembros del hogar y las mascotas, quédense en una habitación específica y aislado de otras personas, y use un baño separado, si es posible. El sitio web de los CDC (por su sigla en inglés, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades) tiene más información sobre [el COVID-19 y los animales](#) (disponible también en otros idiomas).
- Use una [mascarilla o un respirador de calidad alta](#) (disponible también en otros idiomas) si debe estar cerca de otras personas en casa o en lugares públicos.
- Tome medidas para mejorar la [ventilación](#) (disponible también en otros idiomas) en su casa, si es posible.
- No comparta los artículos del hogar de uso personal como tazas, toallas y utensilios.
- Controle sus síntomas. Si presenta un [signo de advertencia de emergencia](#) (disponible también en otros idiomas), como dificultad para respirar, busque atención médica de emergencia de inmediato.
- Si tiene una consulta médica de rutina (a diferencia de la necesidad de atención de emergencia), llame antes de ir e infórmele a su proveedor de atención médica que tiene COVID-19 o que está por hacerse la prueba de detección de esta enfermedad.

¿Cuánto tiempo tengo que aislarme y usar una mascarilla?

Si obtiene un resultado positivo en la prueba de COVID-19, **quédense en casa durante al menos 5 días y aíslese de los demás en su casa** para evitar contagiarles la enfermedad.

Fin del aislamiento

El tiempo que deba aislarse dependerá de varios factores:

- si puede usar una mascarilla bien ajustada;
- si sigue obteniendo un resultado positivo en la prueba de COVID-19 en los días 6 a 10, después de los 5 días de aislamiento;
- si se enfermó gravemente de COVID-19 o tiene el sistema inmunitario debilitado; y
- si se aloja o trabaja en un entorno con alta concentración de personas.

Si obtuvo un resultado positivo en la prueba de COVID-19 y tuvo [síntomas](#) (disponible también en otros idiomas):

Aíslese al menos **5 días** después de la aparición de los síntomas. Puede interrumpir el aislamiento después de 5 días completos en los siguientes casos:

- si los síntomas mejoran 5 días después del inicio de su aislamiento, **Y**
- si no tuvo fiebre durante 24 horas sin tomar medicamentos antifebriles.

Si obtuvo un resultado positivo en la prueba de COVID-19, pero no tuvo [síntomas](#) (disponible también en otros idiomas): aíslese durante al menos **5 días** después de haber obtenido un resultado positivo en la prueba de COVID-19. Puede interrumpir el aislamiento después de 5 días completos si no tuvo ningún síntoma.

Si presenta síntomas después de obtener un resultado positivo en la prueba, su aislamiento de 5 días debe comenzar de nuevo. Siga las recomendaciones anteriores para terminar el aislamiento si tuvo síntomas.

Si importar cuándo termine el aislamiento, tome las siguientes medidas para los 10 días posteriores a la aparición de los síntomas (o a la prueba con resultado positivo, si nunca presentó síntomas):

- Use una mascarilla o un respirador de calidad alta bien ajustados cuando esté con otras personas en casa y en lugares públicos durante al menos 5 días más (del día 6 al 10) tras finalizar su período de aislamiento de 5 días.

- Evite el contacto con personas [inmunodeprimidas o que tienen un mayor riesgo de enfermarse gravemente](#) (disponible también en otros idiomas), y no acuda a centros de atención médica (incluidas las residencias para la tercera edad) ni a otros entornos de alto riesgo.
- No vaya a lugares donde no pueda usar mascarilla, como restaurantes y algunos gimnasios, y evite comer cerca de otras personas en casa y en el trabajo.
- Si los síntomas vuelven a aparecer o empeoran, debe comenzar de nuevo el período de aislamiento en el día 0.
- Consulte la sección [Viajes | CDC](#) para obtener información sobre viajes.

Cómo calcular la duración de su período de aislamiento:

Si presenta síntomas, el día 0 es su primer día de síntomas. El día 1 es el primer día completo después de la aparición de los síntomas.

Si no presentó ningún síntoma, el día 0 es la fecha en que se hizo la prueba. El día 1 es el primer día completo después de la recolección de la muestra para la prueba con resultado positivo.

Consulte la herramienta de [Calculadora de la duración del período de aislamiento y cuarentena](#) (disponible también en otros idiomas) del DOH para obtener ayuda. Calculadora de la duración del período de aislamiento y cuarentena

Dejar de usar la mascarilla

Puede seguir contagiando transcurridos los 5 días de aislamiento. Siga usando una [mascarilla o un respirador de calidad alta bien ajustados](#) (disponible también en otros idiomas) cuando esté con otras personas en casa y en lugares públicos durante al menos 5 días más (del día 6 al 10) tras finalizar su período de aislamiento de 5 días. Otra opción es hacerse una prueba de antígenos para determinar cuándo puede dejar de usar la mascarilla (lea la siguiente información). Si no puede usar una mascarilla bien ajustada, debe seguir con el aislamiento durante 10 días completos.

El uso constante de una mascarilla significa usar una [mascarilla o un respirador de calidad alta bien ajustados](#) (disponible también en otros idiomas) siempre que esté cerca de otras personas dentro o fuera de su casa. No debe hacer actividades cerca de otras personas en las cuales no se pueda usar una mascarilla, como dormir, comer o nadar. Las alternativas a la mascarilla (como un protector facial transparente con un paño cobertor) no proporcionan tanta protección como una mascarilla bien ajustada y de calidad alta. Si no puede usar una mascarilla bien ajustada, debe aislarse durante 10 días.

Uso de las pruebas de antígenos para determinar cuándo se debe terminar el aislamiento y cuándo se puede dejar de usar la mascarilla

Si tiene acceso a una [prueba de antígenos](#) (disponible también en otros idiomas), puede disminuir aún más su riesgo de infectar a otras personas haciéndose una prueba al finalizar el aislamiento, no antes del día 6. Solo debe hacerse una prueba si no tiene fiebre durante 24 horas sin tomar medicamentos antifebriles y si los demás síntomas han mejorado. La pérdida del gusto o del olfato puede persistir durante semanas o meses después de la recuperación y no es necesario retrasar el final del aislamiento por eso.

- Si el resultado de la prueba es positivo, es probable que siga contagiando. Debe continuar con el aislamiento, usar una mascarilla y esperar entre 24 y 48 horas para volver a hacerse una prueba.
- Si obtiene un resultado negativo en dos pruebas consecutivas (seguidas) realizadas con 24 a 48 horas de diferencia, puede terminar el aislamiento y dejar de usar mascarilla antes del día 10.

Si su resultado sigue dando positivo en varias pruebas continuas a lo largo de 10 días, debe seguir usando una mascarilla y evitar estar con personas inmunodeprimidas o que tienen un mayor riesgo de enfermarse hasta que obtenga un resultado negativo en dos pruebas de antígenos consecutivas.

En caso de enfermarse gravemente de COVID-19 o tener el sistema inmunitario debilitado

Las personas que estén gravemente enfermas de COVID-19 (incluidas aquellas que fueron hospitalizadas o requirieron cuidados intensivos o un respirador artificial) y las personas con [sistemas inmunitarios comprometidos](#) (disponible también en otros idiomas) deben aislarse durante al menos 10 días y hasta 20 días. También es posible que deban realizarse una [prueba viral](#) (disponible también en otros idiomas) para determinar cuándo pueden estar cerca de otras personas. Consulte con su proveedor de atención médica sobre cuándo puede volver a estar cerca de otras personas. Consulte la sección anterior [tratamientos](#) para obtener información sobre los tratamientos y medicamentos que puede recibir.

En caso de alojarse o trabajar en alguno de estos entornos con alta concentración de personas

Las personas que viven o trabajan en los siguientes entornos con alta concentración de personas deben seguir las recomendaciones de aislamiento que se indican a continuación. Si trabaja pero no vive en uno de estos entornos de alta concentración de personas, siga estas pautas de aislamiento para saber cuánto tiempo debe permanecer alejado del entorno de trabajo; puede seguir las pautas de aislamiento domiciliario abreviado anteriores para otras actividades.

- Centro penitenciario o de detención
- Refugio para personas sin hogar o vivienda de transición
- Entorno marítimo comercial (por ejemplo, buques de pesca comercial, buques de carga y cruceros)
- Entorno laboral concurrido en el que no es posible el distanciamiento físico debido a la naturaleza del trabajo, como depósitos, fábricas e instalaciones de envasado de alimentos y procesamiento de carne
- Residencias temporales para trabajadores

Si obtuvo un resultado positivo en la prueba de COVID-19 y tuvo síntomas, puede interrumpir su aislamiento de los lugares donde se congregan personas después de que hayan pasado **10 días** desde la aparición de los síntomas en los siguientes casos:

- si no tuvo fiebre durante 24 horas sin tomar medicamentos antifebriles **Y**
- si sus síntomas mejoraron.

Si obtuvo un resultado positivo en la prueba de COVID-19, pero no tuvo síntomas, puede interrumpir su aislamiento de los lugares donde se concentran personas una vez transcurridos **10 días** desde que obtuvo dicho resultado si no presentó síntomas. Si presenta síntomas después de obtener un resultado positivo en la prueba, su aislamiento de 10 días de los lugares con alta concentración de personas debe comenzar de nuevo. Siga las recomendaciones anteriores para terminar el aislamiento si tuvo síntomas.

Puede utilizar las pruebas de antígenos para determinar si puede dejar de usar la mascarilla y finalizar el aislamiento antes de que pasen 10 días. No se haga la prueba antes del sexto día y hágasela solo si no tiene fiebre durante 24 horas sin tomar medicamentos antifebriles y los demás síntomas han mejorado. La pérdida del gusto o del olfato puede persistir durante semanas o meses después de la recuperación y no es necesario retrasar el final del aislamiento por eso.

- Si el resultado de la prueba es positivo, es probable que siga contagiando. Debe continuar con el aislamiento, usar una mascarilla y esperar entre 24 y 48 horas para volver a hacerse una prueba.
- Si obtiene un resultado negativo en dos pruebas consecutivas (seguidas) realizadas con 24 a 48 horas de diferencia, puede terminar el aislamiento y dejar de usar mascarilla antes del día 10. Esto significa que el día más temprano posible para salir del aislamiento y dejar de usar una mascarilla es el día 7, lo que ocurriría si da negativo en las pruebas de los días 6 y 7.

Si su resultado sigue dando positivo en varias pruebas continuas a lo largo de 10 días, debe seguir usando una mascarilla y evitar estar con personas inmunodeprimidas o que tienen un mayor riesgo de enfermarse hasta que obtenga un resultado negativo en dos pruebas de antígenos consecutivas.

Si presenta síntomas, el día 0 es su primer día de síntomas. El día 1 es el primer día completo después de la aparición de los síntomas. Si no presentó ningún síntoma, el día 0 es la fecha en que se hizo la prueba. El día 1 es el primer día completo después de la recolección de la muestra para la prueba con resultado positivo.

Durante los períodos de escasez crítica de personal, los centros penitenciarios, los centros de detención, los refugios para personas sin hogar, las viviendas de transición y los lugares de trabajo de infraestructura crítica pueden considerar la posibilidad de acortar el período de aislamiento del personal a fin de garantizar la continuidad de las operaciones. La decisión de acortar el aislamiento en estos entornos debe tomarse tras consultarla con la jurisdicción local de salud.

¿Qué debo hacer si vuelven a aparecer los síntomas?

Si los síntomas de COVID-19 vuelven a aparecer o empeoran después de que terminó el aislamiento, comience de nuevo el aislamiento en el día 0 y siga las indicaciones descritas anteriormente en [¿Cuánto tiempo tengo que aislarme y usar una mascarilla?](#) Si tiene dudas sobre los síntomas o cuándo terminar el aislamiento, hable con un proveedor de atención médica.

¿Cuándo podría contagiar y exponer a otros?

Las personas con COVID-19 pueden contagiarles el virus a otras personas desde 2 días antes de presentar los síntomas (o 2 días antes de la fecha de su prueba con resultado positivo si no tienen síntomas) hasta 10 días después de presentar los síntomas (o 10 días después de la fecha de su prueba con resultado positivo si no tienen síntomas). Si una persona que dio positivo para COVID-19 obtiene dos resultados negativos en dos pruebas de antígenos de COVID-19 consecutivas con 24 a 48 horas de diferencia, y se siente mejor después de 5 días de aislamiento como mínimo, ya no se considera que sea contagiosa. Si el período de aislamiento de una persona dura más de 10 días (p. ej., porque la enfermedad es grave o la persona está inmunodeprimida), esta se considera contagiosa hasta el final de su período de aislamiento.

Informe a las personas que puede haber estado expuesto

Infórmeles a sus contactos cercanos que pueden haber estado expuestos al COVID-19 y envíeles las indicaciones descritas en la sección [Qué hacer si existe la posibilidad de que haya estado en contacto con alguien que tiene COVID-19](#) (disponible también en otros idiomas). Generalmente, ser contacto cercano implica que una persona haya estado a menos de 6 pies (2 metros) de distancia de alguien con COVID-19 durante al menos 15 minutos seguidos o más en un período de 24 horas. Sin embargo, si ha estado en situaciones que aumentan el riesgo de posible exposición, como espacios cerrados o con poca ventilación o haciendo actividades como gritar o cantar, existe el riesgo de infectar a otras personas aunque estén a más de 6 pies (2 metros) de distancia de usted. Si estuvo en el trabajo cuando podía contagiar, informe sobre esto a su empleador para que pueda avisar a sus compañeros.

Participe en una entrevista de salud pública

Si obtiene un resultado positivo en la prueba de COVID-19, es posible que un entrevistador del área de salud pública se comunique con usted, normalmente por teléfono. El entrevistador le explicará qué se debe hacer a continuación y qué ayuda se encuentra disponible. Le pedirá los nombres y la información de contacto de las personas con las que tuvo contacto cercano recientemente para informarles de la exposición. Esta información es necesaria para poder notificarles que podrían haber estado expuestas. El entrevistador no compartirá su nombre con sus contactos cercanos.

Si obtuvo un resultado positivo en una prueba casera

Consulte las [pautas provisionales para realizarse una prueba casera de SARS-CoV-2](#) (solo en inglés) a fin de obtener más información.

¿Cuál es la diferencia entre el aislamiento y la cuarentena?

- Las personas deben **aislarse** cuando tienen síntomas de COVID-19, cuando están esperando los resultados de la prueba o si obtuvieron un resultado positivo en la prueba de esta enfermedad. El aislamiento

implica quedarse en casa y alejado de los demás (incluso de los miembros del hogar) durante el [período](#) (solo en inglés) recomendado para evitar la propagación de la enfermedad.

- La **cuarentena** implica quedarse en casa y lejos de los demás después de estar expuesto al COVID-19, en caso de que se haya contagiado y pueda contagiar a otros. La cuarentena se convierte en aislamiento si después da positivo en la prueba de COVID-19 o presenta síntomas de esta enfermedad.

Recursos de salud mental y conductual

Consulte los [recursos y recomendaciones de salud conductual](#) en el sitio web del DOH (solo en inglés).

Más información y recursos sobre el COVID-19

Manténgase actualizado con las publicaciones sobre la actual [situación del COVID-19 en Washington](#) (solo en inglés), los [síntomas](#) (disponible también en otros idiomas), [cómo se propaga](#) (disponible también en otros idiomas), [cuándo y cómo se deben realizar pruebas las personas](#) (disponible también en otros idiomas) y [dónde obtener vacunas](#) (disponible también en otros idiomas). Para obtener más información, visite nuestra página de [preguntas frecuentes](#) (solo en inglés).

La raza, etnia o nacionalidad de una persona no implica un mayor riesgo de contraer COVID-19. Sin embargo, hay datos que revelan que las comunidades de color se ven afectadas por el COVID-19 de forma desproporcionada. Esto se debe a los efectos del racismo y, en especial, al racismo estructural, que deja a algunos grupos con menos oportunidades de protegerse y proteger a sus comunidades. [Los estigmas no contribuyen a combatir la enfermedad](#) (solo en inglés). Comparta solo información precisa para evitar que se difundan rumores y desinformación.

- [Respuesta del Departamento de Salud del Estado de Washington ante el COVID-19](#)
- [Encuentre su departamento o distrito de salud local](#)
- [Información sobre el coronavirus \(COVID-19\) de los CDC](#)

¿Tiene alguna otra pregunta? Llame a nuestra línea directa de información sobre el COVID-19 al **1-800-525-0127**.

Horario de la línea directa:

- Lunes de 6 a. m. a 10 p. m.
- Martes a domingos de 6 a. m. a 6 p. m.
- [Feriados estatales oficiales](#) (solo en inglés) de 6 a. m. a 6 p. m.

Si necesita servicios de interpretación, **presione #** cuando contesten y **diga su idioma**. Si tiene preguntas relacionadas con su propia salud o con los resultados de las pruebas, comuníquese con un proveedor de atención médica.

Para solicitar este documento en otro formato, llame al 1-800-525-0127. Las personas con sordera o problemas de audición deben llamar al 711 ([servicio de relé de Washington](#)) (solo en inglés) o enviar un correo electrónico a civil.rights@doh.wa.gov.