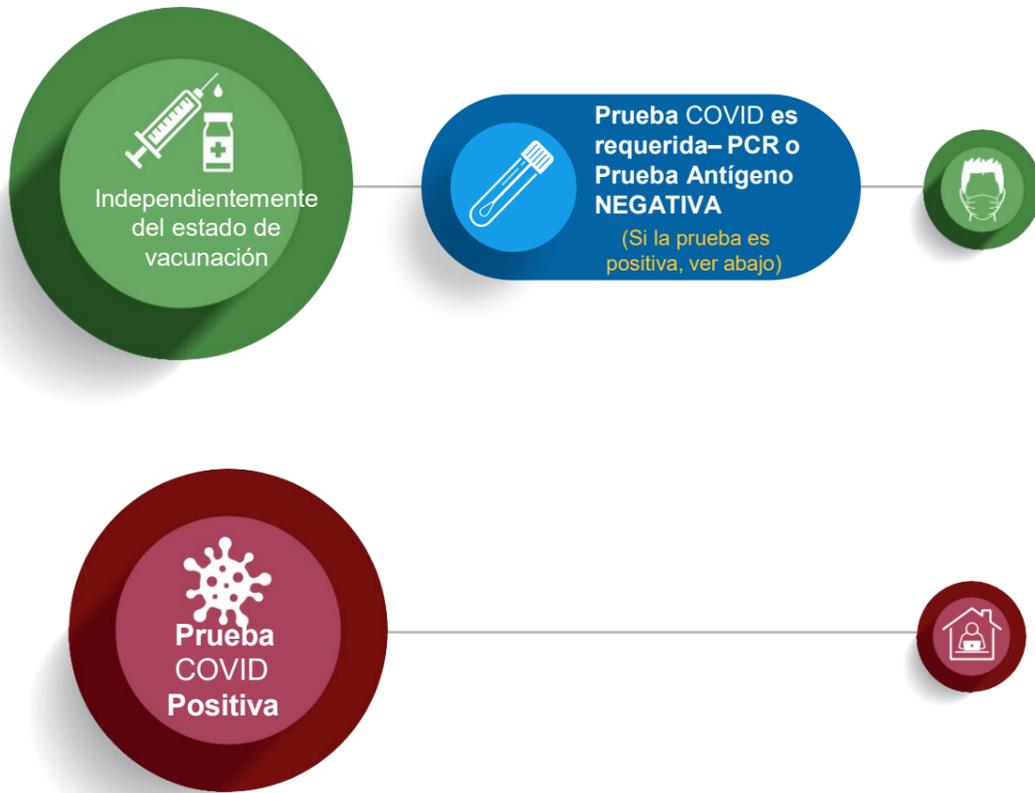


# Retornar al Lugar de Trabajo Después de Haber estado Expuesto a COVID

Actualizado por CAL/OSHA ETS 5/12/2022



## PUEDE CONTINUAR TRABAJANDO

### 1. No necesita cuarentena SI:

- Si tiene una prueba con resultado negativo, realizada dentro de 3-5 días después de la última exposición \* Empleados infectados en los últimos 90 días no necesitan hacerse la prueba, a no ser que sean sintomáticos.
- Debe usar mascarilla, cuando este alrededor de otras personas durante 10 días después de la exposición, especialmente en ambiente cerrados
- Si se desarrollan síntomas, debe quedarse en casa hasta que se obtenga un resultado negativo en la prueba. Si obtiene una prueba negativa antes de los 10 días y regresa al lugar de trabajo, debe usar una mascarilla hasta completar los 10 días.

### QUEDARSE EN CASA

1. Permanecer en casa al menos durante 5 días
2. Puede regresar al trabajo si la prueba de COVID-19 es negativa al 5to día Y los síntomas no están presentes o se están resolviendo
3. Si no puede hacer o no quiere realizar la prueba y sigue obteniendo un resultado positivo al 5to día o después, el aislamiento puede terminar después del día 10 SI no tiene fiebre durante 24 horas sin el uso de medicamentos antifebriles
4. El aislamiento debe continuar hasta 24 horas después de que la fiebre desaparezca. En caso de que existan otros síntomas además de la fiebre, continúe el aislamiento hasta que los síntomas se resuelvan O hasta después del día 10
5. Debe usar una mascarilla por 10 días, desde la exposición, cuando este alrededor de otras personas, especialmente en ambientes cerrados

### \* Si tiene síntomas de COVID-19, independientemente del estado de vacunación o infección previa:

1. Aíslese y realice la prueba lo antes posible. Para personas sintomáticas que dieron positivo dentro de los 90 días anteriores a la exposición, se prefiere el uso de una prueba de antígeno
2. Permanecer aislado mientras espera los resultados. Si no puede o no quiere realizar la prueba, debe continuar el aislamiento durante 10 días después del inicio de los síntomas.
3. Considere continuar con el autoaislamiento y volver a realizar la prueba en 1 o 2 días si da negativo con una prueba de antígeno, especialmente si la prueba se realiza durante el primer o segundo día de presentación de los síntomas.

## Retornar al Lugar de Trabajo



### COVID Síntomas

Fiebre > 100.4 F  
Perdida del gusto o el olfato Dificultad para Respirar  
Tos Desarrollada Recientemente Congestión/Secreción Nasal  
Náuseas/Vómitos/Diarrea  
Dolor de Garganta Dolor de Cabeza  
Fatiga/Dolores Musculares o Corporales

Se define a una persona infectada con COVID-19 con una confirmación emitida por un laboratorio o alguien clínicamente compatible con la enfermedad que no ha sido sometido a una prueba

La exposición a COVID ocurre cuando se comparte el mismo espacio interior por un total de 15 minutos consecutivos o más durante un período de 24 horas, mientras la persona infectada está dentro del periodo contagioso.

**TIP:** Si tiene síntomas, hágase la prueba de inmediato. Si estuvo expuesto y no tiene síntomas, es mejor esperar de 3 a 5 días después de la última exposición para hacerse la prueba.

Este grafico fue diseñado para ayudar al personal de la escuela y no pretende reemplazar el juicio del médico ni establecer un protocolo para todos los pacientes con una condición particular. El diagnóstico y el tratamiento deben estar bajo la estrecha supervisión de un proveedor de atención médica calificado, incluidas las enfermeras escolares. Esta guía se basa en la evidencia actual y los datos más recientes en el momento de la publicación. Se brindan actualizaciones para reflejar cambios en el conocimiento sobre el impacto de la enfermedad en niños y adolescentes (5-12-2022).