

Guía de Cuarentena para Escuelas TK-12, Guarderías, Programas/Actividades para Jóvenes y Exposiciones en el Hogar/Comunidad

Vigente a partir del 7/10/2021

Definiciones:

Persona positiva: Cualquier persona que haya dado positivo a COVID-19 con una prueba de antígeno o PCR en los últimos 10 días.

Contacto cercano: Cualquier persona que haya estado a menos de 2 metros de una persona positiva durante 15 minutos acumulados en un periodo de 24 horas durante su periodo contagioso.

Periodo contagioso: 48 horas antes del inicio de los síntomas y 8-10 días posteriores. Si la persona positiva no tiene síntomas, el periodo contagioso es de 48 horas antes e incluyendo el día en que se tomó la prueba positiva y 8-10 días posteriores.

Posible exposición: El individuo estuvo presente cerca de una persona positiva pero no se confirmó como contacto cercano a través de la investigación de contactos.

Cuarentena: Debe permanecer en casa y monitorear los síntomas por 14 días. Hágase la prueba de COVID-19 5 días después del último contacto con un caso positivo. Si se desarrolla algún síntoma, auto aislarse inmediatamente y hacerse la prueba de COVID-19 o ser evaluado por un proveedor de atención médica. La cuarentena puede ser suspendida después de 7 días con una prueba negativa (antígeno o molecular) completada el Día 5 o más tarde si permanecen asintomáticos. Vuelva a la escuela el día 8.

Cuarentena Modificada: Los estudiantes en edad escolar de TK-12 pueden atender a la escuela, viajar en autobús y atender a los programas de enseñanza y cuidado de niños antes y después de la escuela si permanecen asintomáticos, llevan una máscara, se controlan los síntomas durante 14 días y se hacen la prueba de COVID-19 5 días después del último contacto con un caso positivo (o al regresar de un viaje fuera del estado). Si se desarrolla algún síntoma, auto aislarse inmediatamente y hacerse la prueba de COVID-19 o ser evaluado por un proveedor de atención médica. La cuarentena modificada puede ser suspendida después de 7 días con una prueba negativa completada el día 5 o más tarde si permanecen sin síntomas. Durante la cuarentena modificada los estudiantes deben abstenerse de socializar fuera de la escuela y de salir en público.

Monitorear: vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer una prueba al quinto día. Si aparece algún síntoma, auto aislarse inmediatamente y hacerse la prueba de COVID-19 o ser evaluado por un proveedor de atención médica.

Actividades de alto riesgo: Actividades en las que se produce un aumento de la exhalación, como las que implican cantar, gritar, tocar la banda o hacer ejercicio, especialmente cuando se realizan en los interiores.

Deportes de alto riesgo: baloncesto, boxeo, hockey sobre hierba, fútbol americano, hockey sobre hielo, lacrosse, artes marciales, remo (no individual), rugby, fútbol, squash, voleibol, waterpolo y lucha.

Modelos de Cartas son medios muy recomendables para comunicarse con las familias/el personal, pero no son obligatorios.

Guía de cuarentena para Escuelas TK-12, Guarderías, Programas/Actividades para Jóvenes y Exposiciones en el Hogar/Comunidad

Tipo de Exposición	Estado de Vacunación	Disposición	Notas
<p>Hogar/Comunidad Exposiciones ocurridas en un hogar entre miembros que viven juntos (hermanos, etc.) o exposiciones que NO ocurrieron en una escuela TK-12 supervisada, antes/después del programa de cuidado, o guardería. Véase más abajo las exposiciones en los deportes juveniles. La persona expuesta ha sido identificada como contacto cercano por la familia, el personal, el entrenador y/o el equipo de investigación de contactos.</p>	sin la vacuna	Cuarentena	<p>Por ejemplo, hermanos, miembros de la familia, amigos cercanos, viajes en coche compartido > 15 minutos, fiestas de pijamas, reuniones fuera de la escuela (fiestas de cumpleaños)</p> <p>Los contactos cercanos deben permanecer en casa y abstenerse de socializar o salir en público. Si el caso positivo puede aislarse de los demás en su casa (sin contacto o aislado en una habitación con un contacto con máscara muy limitado), el contacto expuesto debe realizar la prueba el Día 5 después de la última exposición a la persona positiva y volver el Día 8 si la prueba es negativa y el contacto está sin síntomas, o el Día 11 si no se realiza la prueba.</p> <p>Si el caso positivo no puede aislarse de otras personas con las que conviva, los contactos deben permanecer en cuarentena en su casa hasta que finalice el aislamiento de la persona positiva (10 días), seguir en casa hasta la prueba del Día 15, y pueden volver el día 18 con una prueba negativa y sin síntomas. Enviar el Modelo de Carta 3.3</p>
<p>Hogar/Comunidad (véase la descripción anterior)</p>	Vacunado(a)	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5	Confirmar que los casos positivos pueden aislarse de las personas con las que viven. Si el caso positivo no puede aislarse de los demás, o hay varios casos positivos en el hogar, consulte con salud pública.
<p>Guarderías Las exposiciones que se produzcan en un centro de cuidado infantil de cualquier tipo que atienda a los niños que no</p>	Sin la vacuna	Cuarentena	Los contactos expuestos deben permanecer en casa y abstenerse de socializar o salir en público. Los contactos deben realizar la prueba el Día 5 después de la última exposición y pueden volver el Día 8 con una prueba negativa o el Día 11 sin una prueba.

Guía de cuarentena para Escuelas TK-12, Guarderías, Programas/Actividades para Jóvenes y Exposiciones en el Hogar/Comunidad

estén en las escuelas TK-12. En el caso de los salones de clases de cuidado antes/después en instalaciones de cuidado infantil que también atienden a niños en edad escolar, véase la guía para las escuelas TK-12.			Enviar el Modelo de Carta 3.3 o 3.4 si la instalación no puede recoger las pruebas de los estudiantes y del personal.
Guarderías (véase la descripción anterior)	Vacunado(a)	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5	Enviar Aviso de Exposición (en desarrollo)
La guía debajo de esta línea es sólo para las escuelas TK-12 y los programas/actividades que atienden a los estudiantes de edad TK-12 y los programas de educación especial de MCOE			
Possible exposición en <i>una</i> actividad de alto riesgo <i>en interiores</i> (véase la lista de la página 1) [no es un contacto cercano confirmado] - Tanto la persona positiva como la expuesta	Sin la vacuna	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la prueba el Día 5	Abstenerse de reuniones sociales/salir en público hasta que se reciban los resultados negativos de las pruebas. Enviar el Modelo de Carta 3.1
Possible exposición en <i>una</i> actividad de alto riesgo <i>en interiores</i> (véase la lista de la página 1) [no es un contacto cercano confirmado] - Sin máscara	Sin la vacuna	Cuarentena Modificada (se permite el cuidado antes/después); se requiere hacer una prueba el Día 5.	Cancelar las actividades, puede reanudarlas el Día 8 con una prueba negativa si no hay síntomas; abstenerse de reuniones sociales/salir en público hasta que se reciban los resultados negativos de la prueba. Enviar el Modelo de Carta 3.2
Possible exposición en una actividad de alto riesgo <i>al aire libre</i> (ver lista en la página 1) [no es un contacto cercano confirmado] - Tanto la persona positiva como la expuesta tienen máscara	Sin la vacuna	Aviso de exposición - detección sintomática (a menos que se identifique más de un caso en el grupo; entonces Vigilar los síntomas durante 14 días;	Se recomienda hacer la prueba en el Día 5 Enviar el Modelo de Carta 3.1

Guía de cuarentena para Escuelas TK-12, Guarderías, Programas/Actividades para Jóvenes y Exposiciones en el Hogar/Comunidad

Posible exposición en una actividad de alto riesgo <i>al aire libre</i> (véase la lista de la página 1) [no es un contacto cercano confirmado] - Sin máscara	Sin la vacuna	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5 (a menos que se identifique más de 1 caso en el grupo; luego Cuarentena Modificada);	Se recomienda realizar la prueba el Día 5, a menos que el grupo sea puesto en Cuarentena Modificada por Salud Pública; cancelar la actividad, reanudar el Día 8; abstenerse de reuniones sociales/salir en público hasta que se reciban los resultados negativos de la prueba. Enviar el Modelo de Carta 3.1 si no es Cuarentena Modificada, Enviar el Modelo de Carta 3.2 si es Cuarentena Modificada
Contacto cercano confirmado en una actividad deportiva/musical de alto riesgo (véase la lista de la página 1). Si el contacto fue indeterminado, véase el protocolo de posible exposición.	Vacunado(a)	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5	Enviar Aviso de Exposición (en desarrollo)
Contacto cercano confirmado en una actividad deportiva/musical de alto riesgo (véase la lista de la página 1). Si el contacto fue indeterminado, véase el protocolo de posible exposición.	Sin la vacuna	Cuarentena	Los contactos cercanos confirmados deben permanecer en casa y abstenerse de socializar o salir en público. Los contactos deben realizar la prueba el Día 5 después de la última exposición y pueden volver el Día 8 con una prueba negativa o el Día 11 sin una prueba.
Contacto cercano confirmado (determinado mediante una tabla de asientos) en una actividad de riesgo bajo-moderado en interiores (con máscara)	Sin la vacuna	Cuarentena Modificada; se requiere hacer una prueba el Día 5	Por ejemplo, escuelas TK-12 y actividades en el salón de clases
Contacto Cercano confirmado (determinado mediante una tabla de asientos) en una actividad de riesgo bajo-moderado en interiores (con máscara)	Vacunado(a)	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5	
Posible exposición [no es un contacto cercano] en una actividad de riesgo	Sin la vacuna	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la	Por ejemplo, actividades juveniles en el salón de clases Enviar el Modelo de Carta 3.5

Guía de cuarentena para Escuelas TK-12, Guarderías, Programas/Actividades para Jóvenes y Exposiciones en el Hogar/Comunidad

bajo-moderado en interiores (con o sin máscara)		Prueba el Día 5	
Possible exposición [no es un contacto cercano] en una actividad de riesgo bajo-moderado en interiores (con o sin máscara)	Vacunado(a)	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5	Por ejemplo, actividades juveniles en el salón de clases Enviar el Modelo de Carta 3.5
Possible exposición [no es un contacto cercano] en una actividad al aire libre de riesgo bajo-moderado (con o sin máscara)	Sin la vacuna o Vacunado(a)	Aviso de Exposición - Detección de Síntomas	Por ejemplo, una actividad juvenil al aire libre (por ejemplo, un encuentro de natación) Enviar el Modelo de Carta 3.5
Almuerzo/Merienda al aire libre - Contacto cercano confirmado (determinado mediante la tabla de asientos o el informe de los estudiantes)	Sin la vacuna	Cuarentena Modificada; se requiere una Prueba Día 5	Abstenerse de reuniones sociales/salir en público hasta que se reciban los resultados negativos de las pruebas. Enviar el Modelo de Carta 3.2
Almuerzo/Merienda al aire libre - Contacto Cercano confirmado (determinado mediante la tabla de asientos o el informe del estudiante)	Vacunado(a)	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5	Enviar Aviso de Exposición (en desarrollo)
Almuerzo/Merienda al aire libre - Contacto indeterminado (no hay tabla de asientos y el estudiante no puede reportar contactos cercanos)	No Vacunados y Vacunado(a)	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5	Enviar el Modelo de Carta 3.5
Almuerzo/Merienda en el interior – Contacto Cercano (se determina usando la tabla de asientos o el informe del estudiante)	Sin la vacuna	Cuarentena	Los contactos expuestos deben permanecer en casa y abstenerse de socializar o salir en público. Los contactos deben realizar la prueba el Día 5 después de la última exposición y pueden volver el Día 8 con una prueba negativa o el Día 11 sin una prueba.

Guía de cuarentena para Escuelas TK-12, Guarderías, Programas/Actividades para Jóvenes y Exposiciones en el Hogar/Comunidad

			Enviar el Modelo de Carta 3.3
Almuerzo/Merienda en el interior - Contacto Cercano (se determina usando la tabla de asientos o el informe del estudiante)	Vacunado(a)	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5	Enviar Aviso de Exposición (en desarrollo)
Almuerzo/Merienda en el interior -Contacto indeterminado (no hay tabla de asientos y el estudiante no puede informar de los contactos cercanos)	Sin la vacuna	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5	Enviar Aviso de Exposición (en desarrollo)
Almuerzo/Merienda en el interior -Contacto Indeterminado	Vacunado(a)	Aviso de exposición - Detección de Síntomas	Enviar el Modelo de Carta 3.5
Compartiendo automóvil (>15 min)	Sin la vacuna / sin máscara	Cuarentena	Los contactos expuestos deben permanecer en casa y abstenerse de socializar o salir en público. Los contactos deben realizar la prueba el día 5 después de la última exposición y pueden volver el día 8 con una prueba negativa o el día 11 sin una prueba. Enviar el Modelo de Carta 3.3
Compartiendo automóvil (>15 min)	Sin la vacuna / con máscara	Cuarentena modificada; se requiere una Prueba el Día 5	Enviar el Modelo de Carta 3.2
Compartiendo automóvil (>15 min)	Vacunado(a) / sin máscara	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5	Enviar Aviso de Exposición (en desarrollo)
Compartiendo automóvil (>15 min)	Sin la vacuna / con máscara	Aviso de Exposición	Enviar Aviso de Exposición (en desarrollo)

Guía de cuarentena para Escuelas TK-12, Guarderías, Programas/Actividades para Jóvenes y Exposiciones en el Hogar/Comunidad

Guía sobre Viajes			
Viajes fuera del estado	Estudiantes de TK-12 No Vacunados	Cuarentena Modificada; se requiere una Prueba el Día 5 después del regreso	
Viajes fuera del estado	Personal y Niños No Vacunados en la guardería	Cuarentena; se requiere una Prueba el Día 5 después del regreso	Quedarse en casa y abstenerse de socializar o salir en público hasta que los resultados sean negativos.
Viajes fuera del estado	Estudiantes/ Personal Vacunado	Vigilar los síntomas durante 14 días; se recomienda hacer la Prueba el Día 5 después del regreso	

Cuarentena (Se requiere una prueba el Día 5 para acortar el período de cuarentena y volver a la escuela el Día 8)

- Contacto cercano no vacunado de un miembro de la familia que ha dado positivo a COVID-19
- Persona no vacunada en un entorno de cuidado infantil (0 - 4 años)
- Persona no vacunada que tuvo un contacto cercano sin máscara durante una comida en el interior
- Persona no vacunada que viajó fuera del estado
- Persona no vacunada expuesta *sin máscara* durante el viaje compartido en automóvil (>15 min). TBC

Cuarentena Modificada (Se requiere una Prueba el Día 5)

- Estudiante no vacunado con posible exposición *sin máscara* en una *actividad de alto riesgo en interiores* (véase la lista más abajo) [no es un contacto cercano confirmado].
- Estudiante no vacunado con contacto cercano confirmado durante el almuerzo al aire libre
- Estudiante no vacunado que viajó fuera del estado
- Estudiante no vacunado expuesto *con máscara* durante el viaje compartido en automóvil. TBC

Vigilar los Síntomas (Se recomienda hacer la Prueba el Día 5)

- Persona vacunada con contacto cercano con un miembro de la familia que haya dado positivo a COVID-19 (*el caso debe poder aislarse).
- Persona vacunada con contacto cercano en una instalación de cuidado infantil.
- Estudiante vacunado con contacto cercano confirmado durante el almuerzo en el interior y al aire libre.
- Estudiantes no vacunados y vacunados con contacto indeterminado durante el almuerzo al aire libre.
- Estudiante no vacunado con contacto cercano indeterminado durante el almuerzo en el interior
- Persona no vacunada con posible exposición *con máscara* en una actividad de alto riesgo en *interiores* (ver lista más abajo) [no es un contacto cercano confirmado].
- Persona no vacunada con posible exposición *sin máscara* en una actividad de alto riesgo *al aire libre* (véase la lista más abajo) [no es un contacto cercano confirmado].
- Contacto cercano vacunado en una actividad deportiva/musical de alto riesgo.
- Persona no vacunada con posible exposición en una actividad de riesgo bajo-moderado en interiores (con o sin máscara)
- Persona vacunada expuesta durante el viaje compartido en automóvil > 15 minutos (sin máscara).

Aviso de Exposición - Prueba Sintomática

- Persona no vacunada con posible exposición en una actividad *al aire libre* de alto riesgo [no es un contacto cercano confirmado] - Tanto las personas positivas como las expuestas tienen máscaras
- Personas no vacunadas y vacunadas con posible exposición en actividades al aire libre de riesgo bajo-moderado (con o sin máscara)
- Persona vacunada con posible exposición en una actividad de riesgo bajo-moderado en interiores (con o sin máscara)
- Persona vacunada con contacto indeterminado durante la comida en el interior.
- Persona vacunada expuesta durante el viaje compartido en automóvil > 15 minutos (con máscara).

Referencias:

[COVID-19 Interim Guidance for K-12 School and Youth Performing Arts, Sports and Extracurricular Activities in Marin County](#)

[Outdoor and Indoor Youth and Recreational Adult Sports \(ca.gov\)](#)

