**¿Qué significa la cuarentena para mi hijo(a)?**

Se debe cumplir con una cuarentena cuando se tienen sospechas que alguien ha sido expuesto a COVID-19, incluso cuando esa persona no muestre ningún síntoma. **La cuarentena normalmente significa quedarse en casa durante 14 días (2 semanas).** Esto se debe a que podría estar infectado y transmitir el virus a otras personas, incluso si no se siente enfermo.

Su departamento de salud estatal o local también puede pedirle completar una cuarentena si ha viajado recientemente a ciertas áreas de los EE. UU. o fuera de los EE. UU. Mientras una persona está en cuarentena, debe monitorear su salud y estar alerta en caso de que desarrolle alguno de los síntomas del virus. Los síntomas de COVID-19 pueden aparecer entre 2 y 14 días después de haber estado expuesto al virus. Los síntomas más comunes de COVID-19 son:

* temperatura mayor a 100 F (37.8 C)
* escalofríos
* tos
* pérdida del sentido del gusto o del olfato
* fatiga o cansancio
* dolor de garganta
* falta de aliento o dificultad para respirar
* náuseas, vómitos o diarrea
* dolor muscular
* dolor de cabeza
* congestión o secreción nasal

Si su hijo presenta alguno de estos síntomas, llame a su pediatra o al departamento de salud local. Llame a su pediatra antes de ir al consultorio o la clínica para informarle sobre los síntomas que tiene su hijo.

**¿Qué significa el aislamiento para mi hijo(a)?**

Una persona que ha sido infectada con COVID-19 puede ser contagiosa y debe aislarse. **Aislamiento significa quedarse en casa y también separarse de otras personas que viven en el hogar.** Esto ayudará a prevenir la propagación del virus a otras personas. *Se recomienda que uno de los padres guarde aislamiento junto con su hijo(a) para cuidarlo o en caso de que sus síntomas empeoren*. **El aislamiento suele durar 10 días desde el momento en que comienza a tener síntomas de COVID-19 o desde la fecha en que da positivo en la prueba de COVID-19.**

Una persona debe aislarse cuando:

* Tiene síntomas de COVID-19.
* Ha dado positivo en la prueba para detectar COVID-19 (tenga o no tenga síntomas).
* Mientras espera que lleguen los resultados de la prueba COVID-19. Su departamento de salud local le informará cuándo puede salir del aislamiento según los resultados de su prueba COVID-19.

**NOTAS IMPORTANTES:**

1. Las recomendaciones sobre cuánto tiempo debe durar la cuarentena o el aislamiento cambian con frecuencia y también pueden cambiar según el lugar donde viva. Consulte el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) y el sitio web de su departamento de salud local para obtener las últimas actualizaciones.

2. Mantenga comunicación con la escuela de su hijo(a). Notifique a la escuela las ausencias, los síntomas y los resultados positivos de la prueba COVID-19.

<https://kidshealth.org/es/parents/coronavirus-isolation-quarantine-esp.html>

<https://coronavirus.health.ny.gov/system/files/documents/2020/10/prek-gr12_toolkit.pdf>