

Pruebas de COVID-19

Preguntas Frecuentes

Actualización: 6/8/2022

Las pruebas gratuitas de COVID-19 están disponibles en los [centros del condado](#), los [centros del estado](#) o con [proveedores comerciales o del cuidado de la salud](#). Todos los hogares en los Estados Unidos pueden ordenar pruebas caseras de COVID-19 sin costo alguno ([ordene en línea](#) o llame al [1-800-232-0233](#)). Si usted tiene [síntomas de COVID-19](#), hágase la prueba de inmediato y [quédese en casa](#).

Si usted dio positivo por COVID-19, es posible que haya un [tratamiento](#) disponible sin costo alguno. Póngase en contacto de inmediato con su proveedor de servicios de salud o llame de inmediato a la Enfermera de Asesoría de la Salud del Condado de Contra Costa al 877-661-6230 para hablar sobre el tratamiento, o bien, acuda a un centro del programa "[test to treat](#)". No se demore, aunque sus síntomas sean leves en este momento: el tratamiento debe iniciarse en los primeros días para que sea eficaz.

CÓMO REALIZARSE LA PRUEBA

¿Qué tipo de pruebas hay?

Hay dos tipos principales de pruebas que se utilizan para detectar la infección por COVID-19: pruebas moleculares (también conocidas como pruebas de PCR, pruebas de ARN (RNA) viral, pruebas de ácidos nucleicos) y pruebas rápidas de antígenos. Las pruebas moleculares son muy sensibles y precisas; pueden detectar una infección incluso en personas que no tengan síntomas. Las pruebas moleculares tienen un tiempo de entrega más lento que las pruebas rápidas (normalmente entre 24 y 28 horas) y es necesario acudir a una clínica para realizarlas. Las pruebas rápidas de antígenos ofrecen resultados en 15-30 minutos y pueden comprarse sin receta y hacerse en casa (también se ofrecen en muchas clínicas). Las pruebas caseras son muy buenas para detectar cuando alguien tiene una infección activa, pero es posible que no detecten la infección en personas que no tengan síntomas.

¿Qué tipo de prueba debo hacerme?

Esto depende de la situación y de sus preferencias. Si usted quiere algo que sea muy preciso y no le importa esperar uno o dos días para recibir los resultados, entonces una prueba PCR es una buena opción. Las pruebas rápidas de antígenos son mucho más convenientes porque se pueden comprar sin receta y los resultados se obtienen en 15-30 minutos. Las pruebas de antígenos se recomiendan para

poner fin al aislamiento, ya que son más confiables para indicar si alguien sigue siendo infeccioso en comparación con las pruebas de PCR. Sin embargo, algunos entornos (como la entrada previa a un negocio, un evento, una reunión o un viaje) pueden requerir la documentación de una prueba negativa de COVID-19. Las pruebas caseras no cumplen con estos requisitos de prueba y no deben utilizarse para este propósito.

¿Dónde puedo obtener una prueba?

Hay varias opciones. Usted puede acudir con su proveedor de servicios de salud, a una farmacia local o a las clínicas de pruebas del estado y del condado. Visite nuestra [página Hacerse la Prueba](#) para obtener más información. También puede comprar pruebas rápidas de antígenos en línea o en una farmacia local para utilizarlas en casa. Si usted tiene un seguro médico privado o Medi-Cal, su seguro le reembolsará el costo de hasta 8 pruebas caseras cada mes. Además, todos los hogares en los Estados Unidos pueden ordenar pruebas caseras de COVID-19 sin costo alguno (ordene [en línea](#) o llame al 1-800-232-0233).

Si un adulto da positivo en la prueba de COVID-19 y él/ella vive con niños, ¿puede llevar a los niños a realizarse una prueba aún durante su periodo de cuarentena?

Sí. Los centros de pruebas desde el automóvil son los más seguros para los pacientes y el personal. Todos deben utilizar una mascarilla facial, incluso si acuden a un centro de pruebas desde el automóvil. Se recomienda que todas las personas que vivan con alguien que obtenga un resultado positivo de COVID-19 también acudan a realizarse la prueba, incluyendo a los niños. También se pueden utilizar [pruebas caseras](#). Obtenga más información en nuestra página [Para Pacientes con COVID-19 y Contactos](#).

¿QUIÉN DEBE REALIZARSE LA PRUEBA?

¿Cuándo debo hacerme la prueba?

- **Usted tiene síntomas de COVID-19.** Los síntomas pueden incluir fiebre o escalofríos, tos, falta de respiración o dificultad para respirar, fatiga, dolor en los músculos o el cuerpo, dolor de cabeza, pérdida en el sentido del gusto o del olfato, dolor de garganta, congestión o escurrimiento nasal, náusea o vómito y diarrea. [Haga clic aquí para ver una tabla de comparación de los síntomas.](#)
- **Usted se expuso o puede haber estado expuesto a alguien con COVID-19.** Exponerse significa compartir el mismo espacio de aire respirable en interiores con alguien que tiene COVID-19 durante 15 minutos o más en un periodo de 24 horas. No es necesario que se quede en casa (cuarentena), pero sí debe hacerse la prueba 5 días después de la exposición o antes si comienza a sentirse enfermo. Para obtener más información, visite nuestra página [Para Pacientes con COVID-19 y Contactos](#).
- **Usted asistirá a un evento o una reunión.** Hágase la prueba lo más cerca posible de la fecha del evento. Considere la posibilidad de hacerse la prueba 3-5 días después del evento.

- **Usted está de viaje:** Siga las [recomendaciones de los CDC](#) para los viajes nacionales e internacionales. Todas las personas que lleguen a California deben hacerse una prueba a los 3-5 días de su llegada, sin importar si están vacunadas o no.
- **Usted vive o trabaja en un entorno de alto riesgo y se expuso a alguien con COVID-19.** Siga las instrucciones de su lugar de trabajo respecto a las pruebas, la cuarentena y el aislamiento. Para obtener más información, visite nuestra página [Para Pacientes con COVID-19 y Contactos](#). Para terminar el aislamiento: Si usted dio positivo por COVID-19, puede terminar el periodo de aislamiento el día 6 si se hace una prueba a partir del día 5 y los resultados son negativos. Se recomienda que las personas con COVID-19 utilicen las pruebas de antígeno, incluyendo las pruebas caseras, para poner fin a su periodo de aislamiento.

¿Necesito tener síntomas para realizarme la prueba?

Usted puede realizarse una prueba sin costo y sin importar si tiene síntomas o no. Cualquier persona que no esté vacunada y esté en contacto regular con el público en general (p. ej. personas que trabajen en instituciones del cuidado de la salud, comercios, servicio de alimentos, transporte o escuelas) debe hacerse la prueba una vez al mes.

Si usted obtuvo un resultado positivo en la prueba de COVID-19 pero no tiene síntomas, puede terminar el periodo de aislamiento si se hace una prueba a partir del día 5 y el resultado de la prueba es negativo. Es posible utilizar una prueba casera de antígenos para poner fin al aislamiento. No es necesario obtener un resultado negativo en la prueba de PCR para poder regresar al trabajo, ya que esta prueba puede dar positivo durante varias semanas e incluso meses después de la infección, aún después de que la persona ya no represente un riesgo de infección para otros.

He estado en contacto cercano con alguien que tiene o pudiera tener COVID-19. ¿Cuándo debo hacerme la prueba?

Un contacto cercano es alguien que ha compartido el mismo espacio de aire respirable en interiores (hogar, sala de espera de una clínica, avión, etc.) con alguien que ha dado positivo a COVID-19 durante un total acumulado de 15 minutos o más en un periodo de 24 horas. Para obtener más información, visite nuestra página [Para Pacientes con COVID-19 y Contactos](#).

Si usted vive o trabaja en un entorno de alto riesgo, es posible que tenga que ponerse en cuarentena dependiendo de su estatus de vacunación. Hágase la prueba de inmediato y luego 5 días después de la exposición. Si usted comienza a sentirse enfermo, hágase la prueba de inmediato y póngase en cuarentena en casa. Para obtener más información, visite nuestra página [Para Pacientes con COVID-19 y Contactos](#).

¿Puedo usar una prueba casera (antígenos) para acortar mi periodo de cuarentena?

Sí. Visite nuestra página [Para Pacientes con COVID-19 y Contactos](#) para obtener más información. Consulte al personal de su escuela o lugar de trabajo para recibir instrucciones sobre las pruebas, la cuarentena y el aislamiento.

Si trabajo con el público en general, ¿con qué frecuencia debo hacerme la prueba?

Si usted no está vacunado y está en contacto frecuente con el público en general (p. ej., usted trabaja en una institución del cuidado de la salud, comercio, servicio de alimentos, transporte o escuela), debe hacerse la prueba aproximadamente una vez al mes.

Si usted dio positivo en la prueba de COVID-19, deberá esperar al menos 90 días antes de volverse a hacer una prueba de PCR (usted puede seguir haciéndose pruebas caseras/de antígenos). Esto se debe a que las pruebas pueden dar positivo durante varias semanas e incluso meses después de la infección, aún después de que la persona ya no represente un riesgo de infección para otros.

CÓMO PROGRAMAR UNA CITA

¿Cómo programo una cita?

Usted puede realizarse una prueba en un centro de pruebas del estado o del condado. No es necesario presentar la orden de un médico para hacerse la prueba; sin embargo, se recomienda programar una cita. Llame al 1-833-829-2626 para programar una cita o [programe una cita en línea](#). Los centros de pruebas del estado ofrecen pruebas de antígenos/rápidas y pruebas de PCR. Las pruebas de PCR están disponibles bajo solicitud en los centros de pruebas.

¿Qué información tendré que proporcionar?

Para programar una cita en línea en un centro operado por el estado (Antioch, Brentwood, Pleasant Hill y San Pablo), visite <https://lhi.care/covidtesting>. Usted deberá registrarse, elegir un centro de pruebas y programar una cita. Una vez que seleccione su estado en la página de registro, deberá responder a unas preguntas. La información personal que obtengamos se utilizará para comunicarnos con usted y para que usted pueda programar una cita y ver los resultados en línea. No es necesario que usted tenga un seguro de salud para hacerse la prueba; sin embargo, si usted tiene un seguro de salud, obtendremos su información para facturar el costo de la prueba a su compañía aseguradora. También es posible que recopilemos información demográfica adicional, la cual que se utilizará para ayudar a estudiar el virus en todos los segmentos de la población.

Para programar una cita en un centro de pruebas del condado (Richmond y San Ramon), llame al 1-833-829-2626. Un examinador obtendrá la información necesaria para comenzar el proceso. [Usted también puede programar una cita en línea](#). Al programar una cita en línea, usted deberá seleccionar la fecha y hora de la cita y proporcionar su información de contacto. No es necesario que usted tenga un seguro de salud para hacerse la prueba; sin embargo, si usted tiene un seguro de salud, obtendremos su información para facturar el costo de la prueba a su compañía aseguradora.

No compartiremos con otros cualquier información protegida por HIPAA, la ley del cuidado de la salud que establece disposiciones de seguridad y privacidad de datos para mantener segura la información médica de los pacientes.

¿Cómo se protege mi privacidad? ¿Cómo se utilizarán mis datos?

Usted tendrá que proporcionar alguna información personal para programar una cita y acceder a los resultados de sus pruebas. No es necesario que usted tenga un seguro de salud para hacerse la prueba; sin embargo, si usted tiene un seguro de salud, obtendremos su información para facturar el costo de la prueba a su compañía aseguradora. También es posible que recopilemos información demográfica adicional para ayudar a estudiar la propagación del virus. No compartiremos con otros cualquier información protegida por HIPAA, la ley del cuidado de la salud que establece disposiciones de seguridad y privacidad de datos para mantener segura la información médica de los pacientes.

¿Qué costo tiene?

Las pruebas que se realizan en los centros operados por el estado y el condado no tienen costo alguno para usted y serán facturadas a su compañía aseguradora o serán gratuitas si usted no tiene la cobertura de un seguro de salud.

Si aplica un co-pago en mi seguro de salud, ¿tendré que pagarlo?

No, usted no tendrá que pagar un co-pago por la prueba. El Centro de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS) ha instruido a todas las compañías aseguradoras a que no apliquen los coaseguros y co-pagos a las pruebas de COVID-19.

Si aplica un deducible en mi seguro de salud, ¿tendré que pagar el deducible?

La prueba del COVID-19 no contará como parte de su deducible. El Centro de Servicios de Medicare y Medicaid (CMS) ha instruido a todas las compañías aseguradoras a que no apliquen los coaseguros y co-pagos a las pruebas de COVID-19.

¿Qué hago si necesito cambiar o cancelar mi cita?

Por favor llame al (844) 421-0804 si usted necesita cambiar o cancelar una cita. Si usted se realizará una prueba en un centro de pruebas del condado y tiene una cuenta MyChart, acceda a su cuenta para cancelar o reprogramar la cita. Si usted se realizará una prueba en un centro de pruebas del estado, acceda a su cuenta de [LHI Care](#) para cancelar o reprogramar la cita.

PRUEBAS CASERAS

¿Qué son las pruebas caseras de COVID-19?

Las pruebas caseras de COVID-19 también se conocen como pruebas rápidas de antígenos. Usted mismo puede hacerse estas pruebas en casa. Las pruebas caseras suelen ser buenas para detectar las infecciones activas cuando alguien tiene síntomas de COVID-19, pero no son tan confiables para detectar la infección en personas que no tienen síntomas. Si usted tiene síntomas pero obtiene un resultado negativo en una prueba casera, tome precauciones y vuelva a hacerse la prueba o programe una prueba de PCR.

¿Dónde puedo obtener una prueba casera de COVID-19?

Las pruebas caseras suelen adquirirse en farmacias o en tiendas en línea. Existen varias marcas actualmente aprobadas para uso de emergencia por la Administración de Alimentos y Medicamentos (FDA). No utilice pruebas caseras que no estén aprobadas por la FDA. [Haga clic para obtener más información.](#)

- **Todos los hogares en los Estados Unidos** pueden ordenar pruebas caseras de COVID-19 sin costo alguno (ordene [en línea](#) o llame al 1-800-232-0233). Si anteriormente se realizó un pedido a su dirección, usted puede hacer otro pedido ahora.
- Los **pacientes del Centro Médico Regional y de los Centros de Salud de Contra Costa** pueden recibir pruebas caseras sin costo si las solicitan cuando se registren para sus citas. Las personas con un **seguro médico comercial privado, un seguro patrocinado por el empleador o un seguro de estudiantes** pueden solicitar el reembolso de las pruebas de diagnóstico del COVID-19 adquiridas a partir del 15 de enero de 2022. El costo de las pruebas caseras para el COVID-19 es un gasto médico elegible para un reembolso o pago bajo un arreglo de gastos flexibles (cuenta FSA de salud), arreglos de reembolsos de salud (cuenta HSA) o cuentas de ahorro Archer Medical (cuentas MSA de Archer). Los **beneficiarios de Medi-Cal** pueden acudir a una farmacia de Medi-Cal Rx, mostrar su tarjeta de identificación de beneficios de Medi-Cal y recibir hasta 8 pruebas caseras de COVID-19 cada mes. Si usted tiene Medi-Cal y compró pruebas caseras de COVID-19 entre el 11 de marzo del 2021 y el 31 de enero del 2022, llame al [Departamento de Servicios de Salud](#) al (916) 403-2007 para obtener más información sobre cómo obtener un reembolso.

¿Cómo utilizo una prueba casera?

Lea las instrucciones completas del fabricante antes de utilizar la prueba. [Haga clic aquí para ver un vídeo](#) sobre cómo utilizar una prueba casera. [Haga clic aquí para ver un vídeo](#) sobre cómo interpretar los resultados de una prueba casera. Consulte a su proveedor de servicios de salud si usted tiene alguna duda sobre la prueba o sus resultados.

¿Cuándo puedo utilizar una prueba casera?

- **Para confirmar una infección activa de COVID-19:** Las pruebas caseras suelen ser buenas para detectar las infecciones activas cuando alguien tiene síntomas de COVID-19, pero no son tan confiables para detectar la infección en personas que no tienen síntomas. Si usted obtiene un resultado positivo, haga clic para conocer los siguientes pasos y obtener información sobre sus cuidados. Si usted tiene [síntomas de COVID-19](#) pero el resultado de su prueba casera fue negativo, tome acciones para [prevenir el contagio](#) y vuelva a hacerse la prueba o [programe una cita para una prueba de PCR](#).
- **Para terminar el aislamiento y la cuarentena:** Las pruebas caseras pueden usarse para poner fin al aislamiento y la cuarentena. Visite nuestra página de [Pacientes con COVID-19 y Contactos](#) para obtener más información.

- **Para participar en la escuela, deportes para jóvenes y actividades:** Los estudiantes pueden utilizar una prueba casera para poner fin al aislamiento y la cuarentena. Para obtener mayor información, visite nuestra página de [Pacientes con COVID-19 y Contactos](#). Las pruebas caseras también pueden utilizarse para cumplir con los requisitos de prueba de los deportes para jóvenes.
- **Para regresar al trabajo:** Los trabajadores pueden usar las pruebas caseras para poner fin al aislamiento y la cuarentena. Siguiendo los [lineamientos sobre el COVID-19 de Cal/OSHA](#), las pruebas caseras para regresar al trabajo pueden ser auto-administradas y auto-leídas solamente cuando se pueda proporcionar otro modo de verificación independiente de los resultados (p. ej., una fotografía que indique la fecha y hora de los resultados).

¿En qué casos no puedo utilizar una prueba casera?

- Algunos entornos, como la entrada previa a un negocio, un evento, una reunión o un viaje, pueden requerir de la documentación de una prueba negativa de COVID-19. Las pruebas caseras no cumplen con estos requisitos de prueba y no deben utilizarse para este propósito.
- Algunas personas pueden necesitar la documentación de una prueba positiva de COVID-19 anterior para demostrar que no necesitan volver a realizarse la prueba de COVID-19 durante 90 días. Las pruebas caseras no cumplen con estos requisitos de prueba y no deben utilizarse para este propósito.

¿Qué debo hacer si doy positivo en una prueba casera?

Si usted obtiene un resultado positivo en una prueba casera:

- Siga las [instrucciones de aislamiento](#), **aún si usted está completamente vacunado**. Si usted dio positivo por COVID-19, es posible que haya un tratamiento disponible. Póngase en contacto de inmediato con su proveedor de salud después de obtener un resultado positivo en la prueba para determinar si usted pudiera ser elegible, incluso si sus síntomas son leves en este momento. No se demore: El tratamiento debe iniciarse en los primeros días para que sea eficaz. [Haga clic aquí para obtener más información sobre los tratamientos](#) o consulte a su proveedor de servicios de salud.
- Si usted da positivo en la prueba de COVID-19, es posible que haya un tratamiento disponible. Póngase en contacto con su proveedor de servicios de salud o llame de inmediato a la Enfermera de Asesoría de la Salud del Condado de Contra Costa al 877-661-6230 para hablar sobre el tratamiento, o bien, acuda a un centro del programa "test to treat". No se demore, aunque sus síntomas sean leves en este momento: el tratamiento debe iniciarse en los primeros días para que sea eficaz. [Haga clic aquí para obtener más información](#).
- Avise a sus contactos cercanos (cualquier persona que haya compartido el mismo aire respirable en interiores con usted durante 15 minutos o más en un periodo de 24 horas) que quedaron expuestos.

- Avise a su lugar de trabajo, su escuela y cualquier otro lugar donde usted haya estado durante los últimos días.
- Los estudiantes pueden reportar los resultados de sus pruebas caseras en este enlace: <https://my.primary.health/l/caschools>. Las escuelas y los lugares de trabajo utilizarán esta información para el rastreo de contactos a fin de ayudar a reducir la propagación del COVID-19. Algunos lugares pueden pedirle que confirme el resultado de su prueba casera haciéndose otra prueba en una [clínica o un centro de pruebas local](#), especialmente si usted no tuvo síntomas o no estuvo en contacto cercano con alguien con COVID-19. Si le piden que se haga otra prueba, asegúrese de hacerse la prueba dentro de un plazo de tres días y continúe en [aislamiento](#).

RESULTADOS DE LA PRUEBA

¿Cómo puedo prevenir un posible contagio mientras espero los resultados de mi prueba de PCR?

- Si usted se hizo una prueba de PCR/molecular y está esperando los resultados, puede [tomar acciones para ayudar a prevenir la propagación](#), como quedarse en casa, mantener un distanciamiento físico de seis pies de los demás, utilizar una mascarilla facial de tela, lavarse las manos frecuentemente y limpiar con regularidad las superficies de contacto frecuente.
- Consulte al personal de su lugar de trabajo para recibir instrucciones adicionales sobre su regreso al trabajo.
- Si usted comienza a empeorar, obtenga ayuda médica de inmediato, especialmente si tiene dificultad para respirar, dolor de pecho persistente, confusión, incapacidad para permanecer despierto o coloración azul en los labios o la cara.
- Llame a su proveedor de servicios de salud si sus síntomas no mejoran en unos días. Avísele que usted se realizó la prueba del COVID-19. Si usted no tiene a un proveedor de servicios de salud, llame a la Enfermera de Asesoría de la Salud de Contra Costa al teléfono 1-877-661-6230, opción 1.

¿Cómo y cuándo recibiré los resultados de mi prueba PCR?

Si usted se realiza la prueba en un centro operado por el estado, puede recibir una notificación sobre los resultados de su prueba a través de mensaje de texto o email y puede consultar los resultados [iniciando una sesión en su cuenta](#). Si usted no elige recibir una notificación por mensaje de texto o email, recibirá una llamada telefónica con los resultados.

Si usted se realiza la prueba en uno de los centros de pruebas del condado recibirá un mensaje de texto seguro tan pronto como estén disponibles sus resultados. Los resultados también estarán disponibles en MyChart o se enviarán por correo a todos los pacientes.

¿Hay algún tratamiento disponible si doy positivo en la prueba de COVID-19?

Si usted da positivo en la prueba de COVID-19, es posible que haya un tratamiento disponible. Póngase en contacto con su proveedor de servicios de salud o llame de inmediato a la Enfermera de Asesoría de la Salud del Condado de Contra Costa al 877-661-6230 para hablar sobre el tratamiento, o bien, acuda a un centro del programa "test to treat". No se demore, aunque sus síntomas sean leves en este momento: el tratamiento debe iniciarse en los primeros días para que sea eficaz. [Haga clic aquí para obtener más información.](#)

Si obtuve un resultado positivo, ¿durante cuánto tiempo debo permanecer aislado en casa?

Las personas que obtengan un resultado positivo en la prueba de COVID-19 deben:

- Quéedese en casa durante un mínimo de 5 días
 - *Si usted no tiene síntomas o si sus síntomas están mejorando:* el aislamiento puede terminar después del día 5 si usted se hace una prueba a partir del día 5 y los resultados de la prueba son negativos
 - *Si usted no se hace la prueba y no tiene síntomas o sus síntomas están mejorando:* el aislamiento puede terminar después del día 10
 - *Si usted tiene fiebre:* siga en aislamiento hasta que desaparezca la fiebre
 - *Si usted tiene síntomas (distintos a la fiebre) que no mejoran:* siga en aislamiento hasta que sus síntomas mejoren o hasta después del día 10
- Utilice una mascarilla facial bien ajustada cuando esté cerca de otras personas durante de 10 días, especialmente en interiores

Consulte las [instrucciones de autoaislamiento para casos confirmados de COVID-19.](#)

Tratamiento: Si usted da positivo en la prueba de COVID-19, es posible que haya un tratamiento disponible. Póngase en contacto con su proveedor de servicios de salud o llame de inmediato a la Enfermera de Asesoría de la Salud del Condado de Contra Costa al 877-661-6230 para hablar sobre el tratamiento, o bien, acuda a un centro del programa "test to treat". No se demore, aunque sus síntomas sean leves en este momento: el tratamiento debe iniciarse en los primeros días para que sea eficaz. [Haga clic aquí para obtener más información.](#)

¿Cuándo pueden regresar al trabajo las personas que den positivo en la prueba de COVID-19?

Las personas que den positivo en la prueba de COVID-19 deben quedarse en aislamiento en casa durante un mínimo de 5 días. El aislamiento puede terminar si la persona se hace una prueba a partir del día 5, los resultados son negativos y no tiene síntomas o sus síntomas están mejorando. Es posible utilizar una prueba casera de antígenos para poner fin al aislamiento. Las personas que no se hagan la prueba deben quedarse en aislamiento durante 10 días o hasta que mejoren sus síntomas.

Las personas que dieron positivo en la prueba de PCR no necesitan obtener un resultado negativo en una segunda prueba de PCR para poder regresar al trabajo. Esto se debe a que las pruebas de PCR pueden dar positivo durante varias semanas e incluso meses después de la infección, aún después de que la persona ya no represente un riesgo de infección para otros.

Es posible que algunos lugares de trabajo tengan requisitos adicionales, incluyendo instituciones del cuidado de la salud y de cuidados congregados de alto riesgo. Por favor consulte al personal de su lugar de trabajo sobre los requisitos para regresar al trabajo.

[Haga clic aquí para leer los lineamientos adicionales para los negocios.](#)

Si mi hijo(a) da positivo en la prueba de COVID-19, ¿cuándo podrá regresar a la guardería o la escuela?

Las personas que obtengan un resultado positivo en la prueba de COVID-19 deben ponerse en aislamiento:

- Quédese en casa durante un mínimo de 5 días
 - *Si usted no tiene síntomas o si sus síntomas están mejorando:* el aislamiento puede terminar después del día 5 si usted se hace una prueba a partir del día 5 y los resultados de la prueba son negativos
 - *Si usted no se hace la prueba y no tiene síntomas o sus síntomas están mejorando:* el aislamiento puede terminar después del día 10
 - *Si usted tiene fiebre:* siga en aislamiento hasta que desaparezca la fiebre
 - *Si usted tiene síntomas (distintos a la fiebre) que no mejoran:* siga en aislamiento hasta que sus síntomas mejoren o hasta después del día 10

¿Puede una guardería o escuela requerir una prueba negativa para que mi hijo(a) pueda regresar después de haber obtenido un resultado positivo?

Cuando termine el periodo de aislamiento del niño y él/ella ya no presente síntomas ni tenga fiebre durante 24 horas (sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre), no consideramos que sea necesario realizar una prueba negativa para que el niño pueda regresar a la guardería o la escuela.

PRUEBAS PARA NIÑOS EN LA ESCUELA

¿Están las escuelas haciendo pruebas a los estudiantes y al personal?

Las pruebas son una herramienta que las escuelas pueden utilizar para proteger la seguridad de los estudiantes, las familias y el personal. El Departamento de Salud Pública de California (CDPH) ha emitido las [estrategias de pruebas de COVID-19 para escuelas K-12](#). Se recomienda seguir los [lineamientos de las pruebas de detección de los CDC](#) en base al [Nivel de Transmisión Comunitaria](#) del condado. En caso de que una escuela no tenga un programa de pruebas de detección de rutina, la capacidad de realizar pruebas rápidas en el lugar pudiera facilitar el diagnóstico del COVID-19 y detectar la necesidad de cuarentena y aislamiento de los contactos cercanos.

Mi hijo(a) se expuso al COVID-19 en la escuela. ¿Qué sucede ahora?

La escuela le informará si su hijo(a) se expuso al COVID-19 y le proporcionará instrucciones con respecto a las pruebas y la cuarentena.

¿Puedo usar una prueba casera de COVID-19 para acortar el periodo de cuarentena modificada de mi hijo(a) en la escuela o para cumplir con el requisito de prueba para los deportes juveniles?

Sí.

INQUIETUDES DE SALUD

Tengo COVID-19 y no cuento con un seguro de salud y/o un médico de atención primaria. ¿Me pueden ayudar?

Si usted vive en el Condado de Contra Costa y necesita una cobertura de salud, llame a nuestro Consejero Financiero al teléfono 1-800-771-4270.

¿Cuándo son contagiosas las personas con COVID-19?

La etapa infecciosa del COVID-19 comienza dos días antes del inicio de los síntomas y termina 10 días después del inicio de los síntomas. En el caso de las personas que dan positivo en la prueba pero no presentan síntomas, consideramos que el periodo infeccioso inicia dos días antes de la recolección de la prueba y termina 10 días después de la recolección de la prueba.

¿Debo realizar controles de salud o requerir chequeos de temperatura para mis empleados?

Los empleadores deben realizar controles de salud para detectar los [síntomas comunes del COVID-19](#) y recordar a sus empleados y clientes sobre la importancia de las mascarillas faciales, el distanciamiento físico y la higiene adecuada de las manos. Debido a que hay pocas evidencias que justifiquen el uso de chequeos de temperatura para detectar el COVID-19, los Servicios de Salud de Contra Costa (CCHS) recomiendan que los negocios cumplan con los [lineamientos de los Centros para el Control de las Enfermedades \(CDC\)](#). Si los CDC determinan que los chequeos de temperatura deben ser opcionales, por lo general los CCHS no recomiendan que se realicen dichos chequeos. Si usted realiza chequeos de temperatura, deberá hacerlos junto con controles de salud para detectar los síntomas. [Haga clic para leer la declaración de posición del Departamento de Servicios de Salud de Contra Costa sobre los chequeos de temperatura con termómetro como medida de control de la infección por COVID-19.](#)

¿Puedo pedir a mis empleados que se queden en casa o que se vayan del lugar de trabajo si tienen síntomas de COVID-19 o gripe?

Sí. Los empleadores pueden aplicar las políticas de permisos de ausencia y solicitar activamente a sus empleados que se queden en casa.

Las personas deben hacerse la prueba lo antes posible si tienen síntomas de COVID-19, incluyendo: fiebre o escalofríos, tos, dificultad para respirar o dificultad para respirar, fatiga, dolor en los músculos o el cuerpo, dolor de cabeza, pérdida en el sentido del gusto o del olfato, dolor de garganta, congestión o escurrimiento nasal, náusea o vómito y diarrea. [Haga clic aquí para ver una gráfica de comparación de los síntomas.](#)

La Comisión de Empleo en Igualdad de Oportunidades (EEOC) confirmó que es correcto pedir a los empleados que se vayan a casa y que no se considera que esto esté relacionado con una discapacidad si los síntomas son similares a los del coronavirus COVID-19 o la gripe. [Haga clic aquí para obtener más información.](#)

¿Hay algo que yo pueda hacer como empleador para promover un ambiente de trabajo saludable durante la pandemia del COVID-19?

Sí. Todos los empleadores deben considerar cómo reducir mejor la propagación del COVID-19 y disminuir su impacto en el lugar de trabajo. Esto pudiera incluir actividades en una o más de las siguientes áreas:

- Considere mejorar los controles de ingeniería utilizando el sistema de ventilación del inmueble
- Verifique la seguridad de los dispositivos y el sistema de agua del inmueble después de un apagado prolongado
- Proporcione a los empleados, clientes y visitantes lo que necesiten para limpiarse las manos y cubrir su boca al toser y estornudar
- Realice una limpieza de rutina
- Lleve a cabo un proceso mejorado de limpieza y desinfección cuando las personas con un caso sospechoso o confirmado de COVID-19 hayan estado en las instalaciones
- Limite los viajes y recomiende precauciones y preparativos adicionales a los empleados que tengan que viajar
- Minimice el riesgo para los empleados al planear las reuniones y juntas

[Haga clic aquí para ver una guía sobre cómo preparar el lugar de trabajo para un brote de COVID-19.](#)

Nota: Estas preguntas y respuestas frecuentes se seguirán actualizando. Vuelva a consultarlas para ver las actualizaciones y aclaraciones.

Para obtener más información y actualizaciones, visítenos en cchealth.org/coronavirus.