



Recomendaciones para la Cuarentena de Contactos estrechos de Covid-19. Actualización 15/01/2021.

Atento a la situación actual Pandemia por Covid-19y basados en la evidencia científica que se ha obtenido en el transcurso de este tiempo, el COES establece recomendaciones con el fin de permitir la reducción de la cuarentena de aquellas personas que se definen como contacto estrecho de casos de COVID-19 (ver definición al final)

Cuarentena de contactos estrechos de casos de COVID-19

La cuarentena es la restricción de actividades o separación de personas que no están enfermas, pero que pueden haber estado expuestas al virus. Tiene por objetivo monitorear la aparición de síntomas, a fin de detectar tempranamente nuevos casos, y aislar de otras personas a los contactos, con el objetivo de evitar la transmisión en el período presintomático/asintomático.

Se debe tener en cuenta que los casos pueden transmitir la enfermedad 48 horas previas al inicio de síntomas y que los casos asintomáticos también pueden transmitir la enfermedad. Es por esto que es fundamental que los contactos estrechos (que tienen más riesgo de haber adquirido la enfermedad), respeten las medidas de cuarentena hasta finalizada la misma, para evitar transmitir la enfermedad en la población.

Las personas que deben cumplir con la cuarentena son aquellas que han tenido contacto cercano con una persona con COVID-19, de acuerdo a la definición de contacto estrecho que se encuentra detallada debajo o futuras actualizaciones.

Cuarentena acortada:

Se debe tener en cuenta que **el periodo de incubación del virus es de 1 a 14 días, por lo cual el periodo de cuarentena debe de ser de 14 días**, desde el último contacto con el caso.

Debido a que, según la evidencia publicada al momento, luego de 10 días de cuarentena, el riesgo de transmisión se estima en 1% (con intervalo de confianza hasta el 10%), **se puede disminuir el tiempo de cuarentena a 10 días, a partir del último contacto con el caso confirmado, siempre que no hayan presentado síntomas, sin necesidad de realizar testeo.**



Durante los 4 días restantes hasta completar 14 **días es de suma importancia que las personas asuman la responsabilidad de cumplir con lo siguiente:**

- **Continuar monitoreando la aparición de síntomas y reportar a su efector de salud de referencia si se detecta algún síntoma.**
- **Extremar las medidas preventivas:**
 - Permanecer en distanciamiento social (mayor a 2 m entre personas y ambientes bien ventilados)
 - Uso de tapabocas continuamente.
 - Reforzar las pautas de higiene de manos, higiene respiratoria y limpieza de las superficies compartidas (prestando atención especialmente a las altamente tocadas)
 - No compartir mate, utensilios, vasos, tazas.
 - Evitar aglomeraciones
 - No participar en reuniones sociales ni de trabajo, siendo recomendable realizar las reuniones virtuales, no compartir espacios de ocio durante la jornada laboral.
- **Evitar el contacto con personas con factores de riesgo**

Definición de Contacto Estrecho:

Para todos los casos, el periodo de contacto se considerará desde las 48 horas previas al inicio de síntomas del caso de COVID-19

Se considerará como **contacto estrecho a:**

- Cualquier persona que haya permanecido a una distancia menor a 2 metros con un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas, o durante las 48 horas previas al inicio de síntomas. durante al menos 15 minutos. (ej. convivientes, visitas, compañeros de trabajo).
- Toda persona que haya proporcionado cuidados a un caso confirmado mientras el caso presentaba síntomas o durante las 48 horas previas al inicio de síntomas y que no hayan utilizado las medidas de protección personal adecuadas.

Adicionalmente debe considerarse:

Contacto estrecho en barrios populares, pueblos originarios, instituciones cerradas o de internación prolongada a:

- Toda persona que comparta habitación, baño o cocina con casos confirmados de COVID-19.



- Toda persona que concurra a centros comunitarios (comedor, club, parroquia, paradores para personas en situación de calle, etc) y haya mantenido estrecha proximidad con un caso confirmado, mientras el caso presentaba síntomas (menos de 2 metros, durante 15 minutos).

Contacto estrecho en personal de salud:

Se considerará personal de salud expuesto a SARS-CoV-2 a quienes sin emplear correctamente equipo de protección personal apropiado:

- Permanezcan a una distancia menor de dos metros de un caso confirmado de COVID-19 durante por lo menos 15 minutos (por ejemplo, compartir un consultorio o una sala de espera).
- Tengan contacto directo con secreciones (por ejemplo, tos, estornudo, etc.).
- Tengan contacto directo con el entorno en el que permanece un paciente confirmado (como habitación, baño, ropa de cama, equipo médico, entre otros, incluye los procedimientos de limpieza de estos).
- Permanezcan en el mismo ambiente durante la realización de procedimientos que generen aerosoles.

No se considerará personal de salud expuesto a SARS-CoV-2 a quienes hayan empleado correctamente el equipo de protección personal apropiado en todo momento.

Contacto estrecho en un avión/bus:

Todos los pasajeros situados en un radio de dos asientos alrededor de casos confirmados, que hayan estado sintomáticos durante el vuelo y a la tripulación que haya tenido contacto con dichos casos.

Contacto estrecho en un buque:

Todas las personas que compartieron un viaje en buque con casos confirmados.



Referencias:

- ***Identificación y seguimiento de contactos.*** Ministerio de Salud de Nación.

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/Identificacion-y-seguimiento-de-contactoscion>.

- ***Cuándo ponerse en cuarentena.*** Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades. Actualización 10/12/2020.

<https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/quarantine.html>

- ***Opciones para reducir la cuarentena para contactos de personas con infección por SARS-CoV-2 mediante el monitoreo de síntomas y las pruebas de diagnóstico.*** Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades. Actualización 02/12/2020

<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/more/scientific-brief-options-to-reduce-quarantine.html>