



PARA: Todos los empleadores del condado de Alameda
DE: Nicholas J. Moss, MD, MPH, funcionario de Salud
ASUNTO: Recomendaciones y orientación para regresar al trabajo para las personas que tuvieron el virus o contacto cercano

El Departamento de Salud Pública del Condado de Alameda (ACPHD) se compromete a garantizar la salud y la seguridad de todos los que viven y trabajan en el condado de Alameda. Apreciamos su cumplimiento de las regulaciones locales y estatales para la seguridad en el trabajo, incluyendo exigir el uso de mascarillas, asegurarse de que todos estén a 6 pies de distancia, hacer controles regulares de síntomas y apoyar a los empleados enfermos para que permanezcan en sus casas.

El COVID-19 se ha propagado en nuestra comunidad y es posible que algunos de sus empleados se infecten con el virus. Según las órdenes del funcionario de Salud, las personas con COVID-19 tienen que permanecer en sus casas y en aislamiento, alejados de otras personas, durante al menos 10 días. El día 11, si ya no tienen fiebre y los otros síntomas se han aliviado, pueden terminar el aislamiento y regresar al trabajo. **El ACPHD recomienda enfáticamente que los empleadores permitan que las personas con COVID-19 regresen al trabajo 10 días después de la aparición de los síntomas (o desde el primer resultado positivo, si no tuvieron síntomas).**

Las personas vacunadas que no presentan síntomas no necesitan hacer cuarentena, pero deben controlar la aparición de síntomas durante 14 días. Las personas no vacunadas en contacto cercano con alguna persona con COVID-19 deben quedarse en casa y hacer cuarentena. Hay dos opciones para determinar cuánto tiempo debe durar la cuarentena.

Opción 1: debe quedarse en casa durante 10 días después de la exposición si no se hará la prueba de COVID.

Opción 2: debe quedarse en casa durante 7 días y puede terminar el aislamiento en el día 8 si su prueba de COVID dio negativa (debe hacerse la prueba en el día 5 o después). Si sus resultados fueron positivos o desarrolla cualquiera de los síntomas de COVID, debe aislarse de inmediato y llamar a su proveedor de atención médica o al Departamento de Salud Pública para solicitar orientación sobre el aislamiento.

La mayoría de las personas que hayan estado en contacto cercano con alguien con COVID-19 tienen la obligación de permanecer en cuarentena en sus casas durante al menos 10 días después del último contacto. El día 11, si no presentan síntomas, pueden terminar la cuarentena y regresar al trabajo. Algunos grupos deben respetar la cuarentena de 14 días. Esto incluye a quienes están en contacto cercano con personas que tienen un mayor riesgo de sufrir un caso grave de COVID-19 (por ejemplo, pacientes con diabetes tipo 2 o que reciben quimioterapia), así como las personas que viven o trabajan en centros de vivienda grupal (como cárceles y residencias para adultos mayores). Les recomendamos que no pidan pruebas con resultado negativo para que las personas que completaron su **cuarentena** puedan regresar al trabajo.

Estas recomendaciones son las normas de salud pública basadas en evidencia científica y orientación del Departamento de Salud Pública de California (CDPH) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC). No es necesario repetir las pruebas en personas que ya dieron positivo, ya que estas tienen poco valor clínico; y hay pruebas claras de que la gran mayoría de las personas tienen menos riesgo de contagiar después de 10 días.



Alameda County Health Care Services Agency
Public Health Department
www.acphd.org

Colleen Chawla, Director
Kimi Watkins-Tartt, Director
Nicholas Moss, MD, Health Officer

Public Health Department: Main Line (510) 267-8000

COVID-19 Information: (510) 268-2101

Los resultados negativos de pruebas no son una forma eficaz para determinar si una persona es contagiosa, ya que las pruebas, al ser tan sensibles, pueden recoger partículas de virus muertos semanas después de que una persona haya dejado de ser contagiosa. Estas pruebas también son una gran carga para la infraestructura sanitaria. **El ACPHD no da cartas de alta para que las personas regresen al trabajo, y tampoco recomienda certificados de médicos o proveedores de atención médica.**

Gracias por su cooperación y por el importante papel que desempeñan para mantener nuestras comunidades a salvo.