

## **Preguntas frecuentes sobre el rastreo de contactos (FAQ)**

### **¿Qué es el rastreo de contactos?**

El rastreo de contactos se ha utilizado durante mucho tiempo para limitar la propagación de enfermedades infecciosas. Requiere encontrar a personas que pueden haber estado en contacto con alguien que tiene una enfermedad infecciosa. Estas personas se llaman “contactos”. Si se encuentran los contactos y se evita que propaguen la enfermedad a otras personas, se puede interrumpir y retrasar la propagación de la enfermedad.

### **¿Por qué los departamentos de salud pública realizan el rastreo de contactos?**

- Las personas en contacto cercano con alguien infectado con una enfermedad infecciosa, como la COVID-19, tienen mayor riesgo de infectarse. Estas personas se consideran “expuestas”.
- Las personas expuestas pueden enfermarse o no.
- Potencialmente, podrían infectar a otros y aumentar la propagación de la enfermedad.
- Educar a las personas sobre su estado de exposición ayudará a que obtengan atención y tratamiento si se enferman.
- También ayudará a prevenir una mayor transmisión de la infección.
- La salud pública realiza habitualmente el rastreo de contactos por enfermedades como la tuberculosis y el sarampión, así como para ciertas enfermedades de transmisión sexual.

### **¿Quién se considera contacto de una persona que da positivo para la COVID-19?**

Hay mayor interés en hacer un seguimiento de las personas que han tenido contacto cercano con alguien que da positivo:

- personas que comparten el hogar o espacio vital;
- personas que pasaron algún tiempo (más de diez minutos) a menos de seis pies con alguien que dio positivo para la COVID-19.

### **Como contacto de alguien con la COVID-19, ¿qué deberé hacer?**

Deberá ponerse en cuarentena y controlar sus síntomas hasta 14 días después del momento de exposición. Se espera que todos nos quedemos en casa por orden del gobernador, pero también deberá:

- minimizar el contacto con las personas y las mascotas en el hogar;
- quedarse en su propia habitación y usar su propio baño, si es posible;
- evitar compartir artículos personales del hogar, como platos, toallas y ropa de cama.

Esto ayuda a prevenir la propagación del virus a sus propios contactos cercanos, si usted tiene la infección. Hay orientación en el sitio web de los CDC sobre cómo hacerlo, que se aplica a las personas infectadas, incluso si no muestran síntomas. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html>.

Puede estar infectado o no, y, aun si lo está, puede no enfermarse. Incluso si no se siente enfermo, es posible que pueda transmitir el virus a otras personas; por eso, se le pide que haga cuarentena.

### **¿Cómo monitoreo mis síntomas?**

Si ha sido identificado como contacto, debe controlarse para saber si tiene síntomas dos veces al día (mañana y tarde) durante 14 días a partir de la fecha del último contacto con el paciente original o durante 14 días después de que termine el aislamiento del paciente original, si ha estado en contacto continuo con él o ella a lo largo de su enfermedad, es decir, si son miembros del mismo hogar, compañeros residentes de centros grupales, etcétera. El personal del Departamento de Salud brindará instrucciones específicas.

### **¿Sabrán otras personas que soy contacto de alguien con la COVID-19?**

¡NO! El Departamento de Salud mantiene la confidencialidad de los nombres de los casos de la COVID-19 y de los contactos.

### **Si tengo que hacer cuarentena, ¿cómo puedo explicar a mi empleador por qué no puedo ir a trabajar?**

El Departamento de Salud le dará una carta que indique que debe permanecer en cuarentena durante 14 días después de la fecha de su posible exposición a la COVID-19. Puede elegir compartir esa carta con su empleador.

### **¿Me informarán sobre a quién tuve exposición y quién tuvo la COVID-19?**

El Departamento de Salud mantiene la **confidencialidad** de los nombres de los casos de la COVID-19 y de los contactos. Es posible que crea que sabe quién podría ser esa persona, pero se le insta a no sacar conclusiones precipitadas. Pedimos que trate la información de salud de cualquier persona como confidencial.

### **Vivo solo. ¿Cómo conseguiré comida y otros suministros?**

Organice con un amigo o pariente para que lleve víveres y los deje afuera de su puerta. Si no puede hacer eso, hay recursos que puede aprovechar.

**Maura J. Rossman, MD, oficial de salud**

- El REACT (Equipo de comunicaciones por emergencias) del condado de Howard ha lanzado un servicio de entrega de comestibles y medicamentos críticos. Haga su pedido para RECOGERLO en cualquier Giant, Safeway, Harris Teeter o Walgreens (sólo medicamentos) del condado de Howard. Elija una fecha y hora de recogida con al menos 24 horas de anticipación. Para obtener más información sobre cómo hacer un pedido, llame al **410-782-0432**.

### **¿El Departamento de Salud cuenta con alguien que pueda responder mis preguntas adicionales sobre esto?**

Sí, llame a la línea de información de salud de la COVID-19 del Departamento de Salud al **410-313-6284**.

### **¿El Departamento de Salud cuenta con alguien que pueda hablar sobre esto conmigo en español u otro idioma?**

El Departamento de Salud puede organizar una conversación con usted en muchos idiomas diferentes, previa solicitud. También hay información sobre la COVID-19 del Departamento de Salud de Maryland en varios idiomas en <https://goci.maryland.gov/covid19-translations/>.

### **Otros recursos**

- [What to Do If You Are Sick](#)
- [Ten things you can do to manage your COVID-19 symptoms at home](#)
  - [10 maneras de manejar los síntomas respiratorios en casa](#) (Ten Steps Spanish)
  - [집에서호흡계관련증상을관리하는 10가지 방법](#) (Ten Steps Korean)
- [Cleaning and Disinfecting Your Home: Everyday Steps and Extra Steps When Someone Is Sick](#)