



Localización y manejo de contactos COVID-19

“Contact tracing”

8 julio 2020

Representación OPS/OMS Argentina

www.paho.org/arg/coronavirus

Contenidos

- [Contexto y definiciones básicas](#)
- [Rastreo de contactos](#)
- [Implementación](#)
- [Localización y manejo de contactos según escenario de transmisión](#)
- [Pasos a seguir](#)
- [Monitoreo y análisis de datos](#)
- [Principios éticos](#)
- [Comunicación](#)
- [Recomendaciones para contactos](#)
- [Links a documentos OPS/OMS](#)

Contexto y definiciones básicas

[\[volver al índice\]](#)

Contexto

- El 11 de marzo del 2020, la Organización Mundial de la Salud (OMS) declaró que el brote de COVID-19 constituía una pandemia.
- Los países y territorios están aplicando diversas medidas para reducir la tasa de transmisión del SARS CoV-2 en las zonas donde ya está circulando.
- La localización (o rastreo) de contactos que hayan estado expuestos a un caso de COVID-19 confirmado o probable y su puesta en cuarentena estricta, constituye una medida de salud pública recomendada para controlar la propagación o mitigar la repercusión de esta enfermedad.

Definiciones

Cuarentena

Restricción de actividades o la separación de personas que no están enfermas pero que pueden haber estado expuestas a un agente infeccioso o enfermedad, con el objetivo de monitorear sus síntomas y asegurar la detección temprana de casos y así disminuir la posibilidad de transmisión.

Aislamiento

Es la separación de personas enfermas o infectadas de otras para prevenir la propagación de la infección.

Contacto

Toda persona que haya estado expuesta a un caso COVID-19, desde 2 días antes hasta 14 días después del inicio de la enfermedad en el caso.

Caso confirmado, toda persona que cumple con la definición de caso establecida, y tiene un resultado positivo para PCRrt.

Caso sospechoso, toda persona que cumple con la definición de caso establecida y está a la espera del resultado PCRrt.

Consultar definiciones de Argentina en:

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

<https://www.argentina.gob.ar/salud/coronavirus-COVID-19/definicion-de-caso>

Rastreo de contactos

[\[volver al índice\]](#)

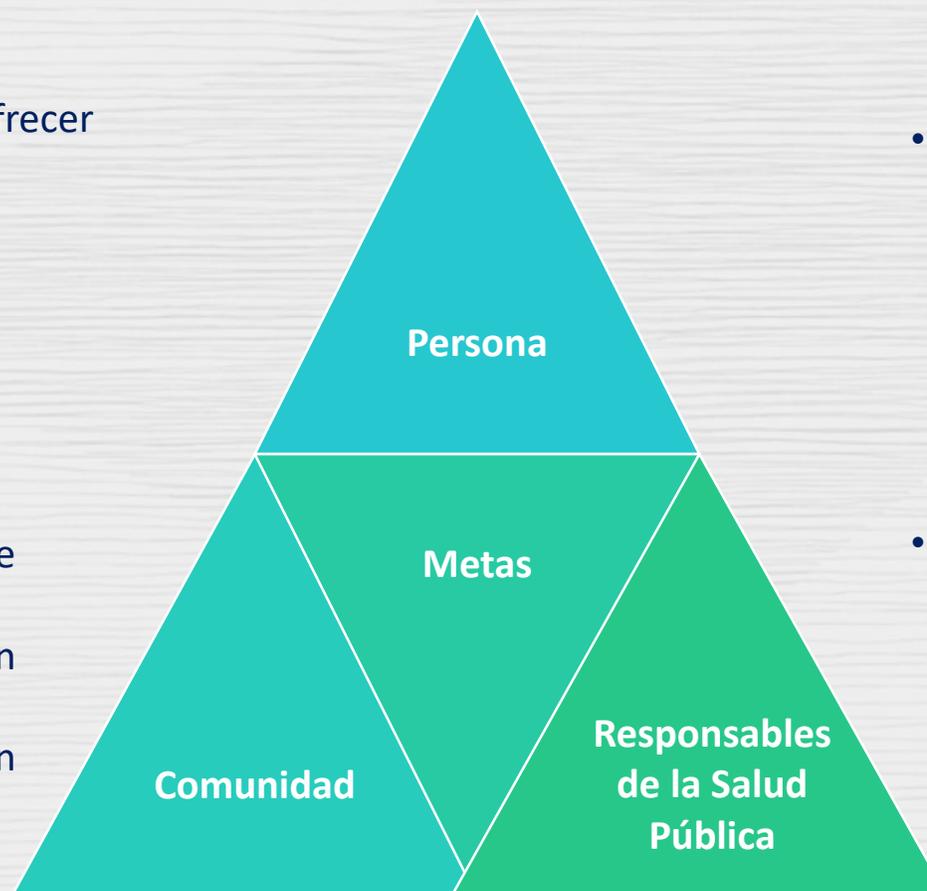
Finalidad del Rastreo de Contactos según sus tres metas: Persona, Comunidad, Responsables de la Salud Pública

- Alertar a los contactos para ofrecer información y orientación.

- Interrumpir la transmisión mediante la cuarentena inmediata.
- Determinar si hay nuevas zonas con alto riesgo de contagio.
- Establecer las zonas que precisan reforzar las medidas ambientales.

- Ofrecer diagnóstico, asesoramiento y tratamiento a los contactos.

- Caracterizar mejor situación de la COVID-19 para bridar recomendaciones y aplicar medidas de respuesta.



COVID-19: Fundamentos para la gestión de la pandemia a mediano plazo

DETECTAR y AISLAR a los casos, RASTREAR y CUARANTENA de contactos

- Descentralizar diagnóstico de laboratorio garantizando el aseguramiento de la calidad
- Llevar a escala capacidades de rastreo de contactos, buscando alianzas con comunidad
- Analizar datos para toma de decisión y acción

TRATAR a los pacientes

- Sostener el manejo clínico adecuado a lo largo del continuo de la atención
- Mantener la prevención y el control de infecciones (PCI) en todos los servicios de salud, proteger a los trabajadores de salud
- Alistar “surge” en personal e insumos

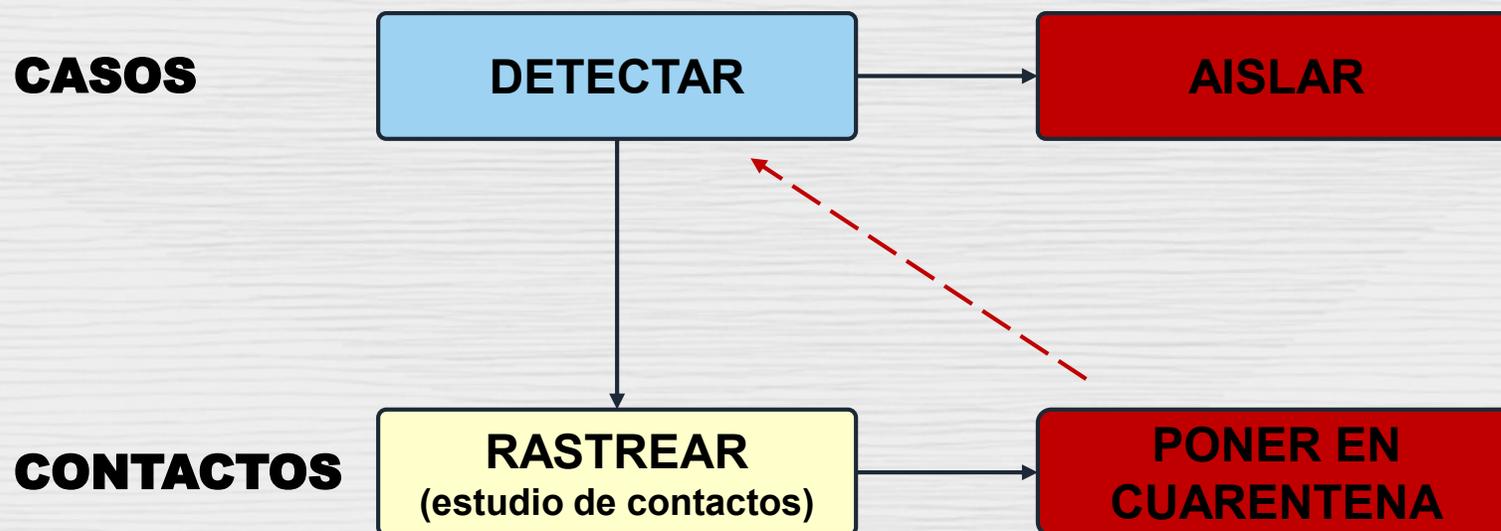
PROTEGER a personas vulnerables

- Caracterizar personas vulnerables por edad y condiciones subyacentes o condición social
- Implementar medidas de protección y auxiliares
- Garantizar el acceso oportuno a los servicios de atención médica

REGULAR movimientos y agrupaciones

- Limitar reintroducción entre áreas nacionales e internacionalmente
- Gestionar grandes agrupaciones y de masa
- Modular medidas de distanciamiento social según necesidad

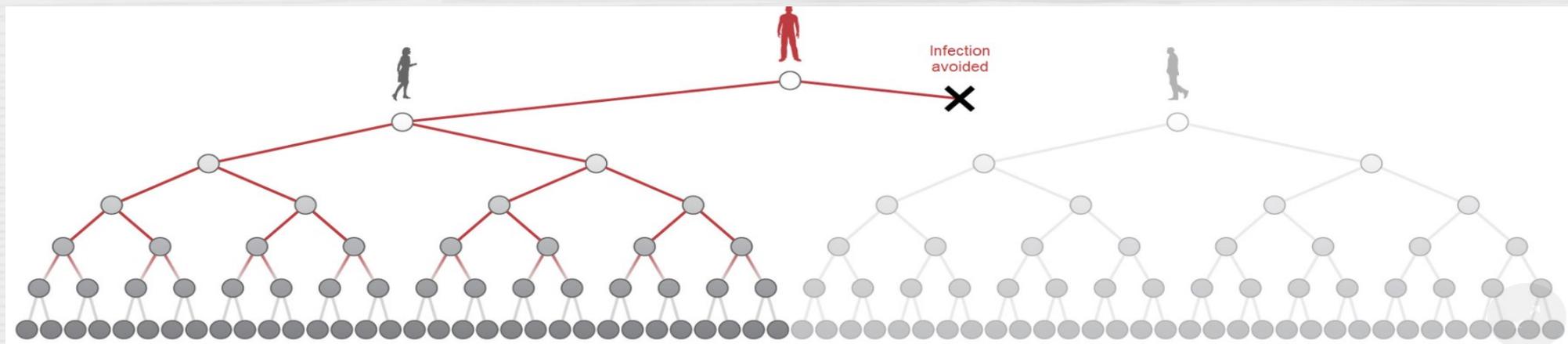
COVID-19: Manejo de casos y contactos



COVID-19: Localización y manejo de contactos

Las intervenciones de control de la propagación de la COVID-19 pretenden interrumpir las cadenas de transmisión para que el **número de casos generados por cada caso confirmado se mantenga <1**

Estrategia integral: identificación de casos, aislamiento, pruebas y manejo clínico, la **localización de contactos y cuarentena.**

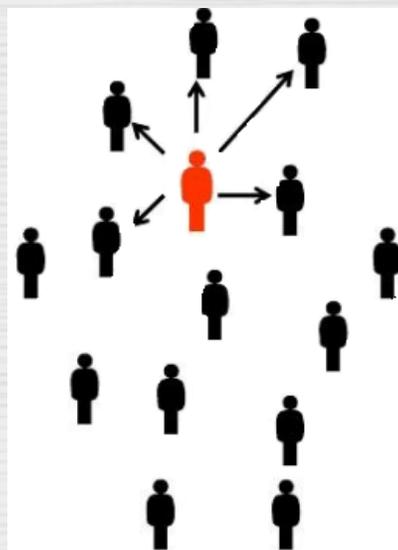


COVID-19: Localización y manejo de contactos (cont.)

Permite interrumpir la cadena de transmisión mediante:

Identificación rápida del caso

Diagnóstico y gestión de los casos



Identificación y seguimiento de los contactos

Sensibilización en la población

Implementación de medidas de salud

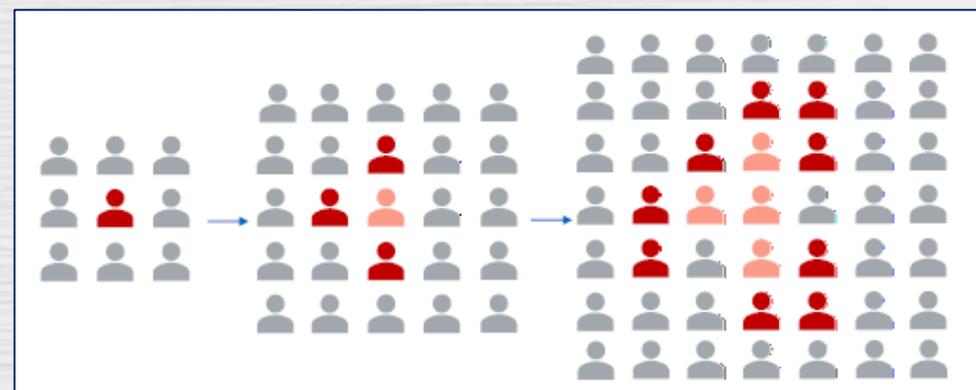
Medidas de Prevención y control de infecciones

Comunicación de riesgos

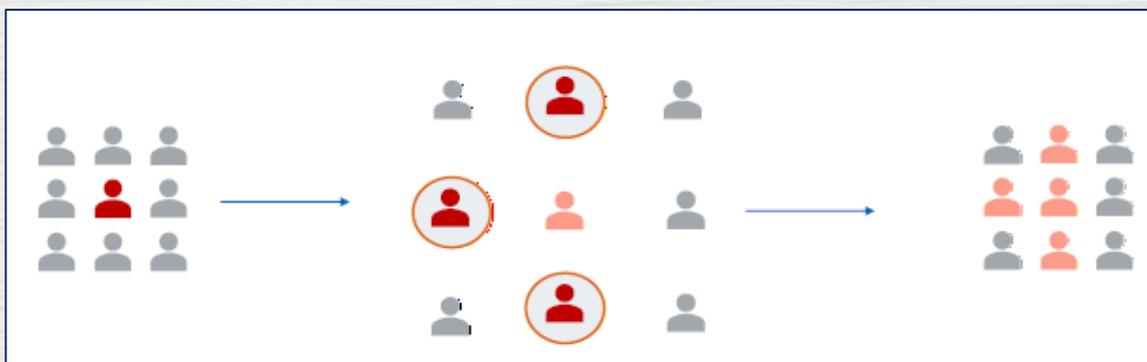
COVID-19: Impacto del rastreo de contactos

Importancia

El rastreo de contactos para COVID-19 requiere identificación personas que pueden haber estado expuestas a COVID-19 para seguirlas diariamente durante 14 días, consultar sobre sus síntomas y comprobar el cumplimiento de la cuarentena.



Sin contact tracing



Con contact tracing

Siempre es posible hacer rastreo de contactos



***Incluso en transmisión extendida/comunitaria**, la localización de contactos puede priorizarse para grupos de mayor riesgo, poblaciones vulnerables y/o para periodos de monitoreo reducidos.

****Fase descendente** de la epidemia, la localización de contactos **es fundamental** para mantener bajos los niveles de la transmisión e interrumpir rápidamente nuevas cadenas de transmisión.

Implementación

[\[volver al índice\]](#)

Elementos críticos de la implementación



Involucrando a las
comunidades y
apoyo público



Planificación
según contextos
locales y
culturales



Fuerza laboral de
rastreadores de
contactos y
supervisores
capacitados



Soporte logístico
para los equipos
de rastreo



Sistema
informático para
recopilar,
compilar y
analizar datos en
tiempo real

Evaluar casos sospechosos de manera oportuna

Involucrando comunidades



Conocimiento y acuerdo

- Monitoreo diario.
- Informar signos o síntomas de COVID-19 con prontitud.
- Estar preparado para entrar en cuarentena estricta durante al menos 14 días o en aislamiento si se vuelven sintomáticos.

Puntos clave:

- Involucrar a las comunidades y sus líderes en el rastreo de contactos (colaboración mutua).
- Garantizar acceso a alimentos, educación, información y atención médica para otras enfermedades.
- Evaluar con la comunidad cómo manejar el estigma y marginación.
- Planificar el seguimiento de contactos para grupos vulnerables y en riesgo.
- Considerar canales de comunicación, lenguaje, grado de alfabetización.

Planificación

Es importante adaptar la planificación de las acciones a los contextos geográficos, sociales y culturales.

Evaluar las diferentes Modalidades **para asegurar el monitoreo diario:**

- **Directo:**
 - Visitas diarias
 - Monitoreo telefónico
- **Autoinforme:**
 - Medios electrónicos
 - Telefónicos
 - Aplicaciones digitales



Importante: Garantizar el informe diario de signos y síntomas, incluyendo informe cero o informe negativo ante la ausencia de signos y síntomas

Fuerza laboral para el rastreo de contactos



Perfil

- Idealmente, pertenecer a la propia comunidad.
- Nivel adecuado de alfabetización.
- Habilidades de comunicación, dominio del idioma local y comprensión del contexto y la cultura.
- Capacitación en los conceptos básicos de transmisión, medidas prevención y control de COVID-19, control de signos y síntomas, ética de la vigilancia de la salud pública y cuarentena.

- No se recomienda destinar personal médico.
- Asignar supervisores a todos los equipos para permitir apoyo logístico, resolución de problemas y monitoreo de calidad.

Número

- Dependerá de la cantidad estimada de contactos para rastrear, la logística física y tecnológica y el contexto sociopolítico y cultural.

Importante: Deben respetar las medidas de prevención y control de infecciones (distancia segura, EPP y realizar entrevistas en áreas bien ventiladas o al aire libre).

Equipamiento y logística



Considerar:

- Apoyo administrativo, material de trabajo.
- EPP y desinfectante de manos.
- Identificación oficial.
- Transporte.
- Materiales electrónicos o en papel para registrar información.
- Teléfono móvil y crédito telefónico.

Tipos de herramientas

- Las herramientas electrónicas y la tecnología de la información no son esenciales para el rastreo de contactos, pero pueden hacerlo más eficiente y facilitar implementación a gran escala.
- Aplicación de software. Por ejemplo, Go.Data ha sido diseñada para el rastreo de contactos y vigilancia en brotes.
- Existen otras herramientas para auto informar los síntomas por contactos, así como aplicaciones de proximidad que rastrean los movimientos de las personas para indicar posibles exposiciones hacia y desde otras personas.



Softwares de respuesta a brotes (Go.Data)
Herramientas de proximidad (GPS-Bluetooth)
Aplicaciones para seguimiento de síntomas

Localización y manejo de contactos según escenario de transmisión

[\[volver al índice\]](#)

Seguimiento de contactos según escenario de transmisión

Sin Casos

- Identificar personas entrenadas para la localización y manejo de contactos: capacitarlos y que estén preparados para responder a los primeros casos.

Casos esporádicos o conglomerado de casos

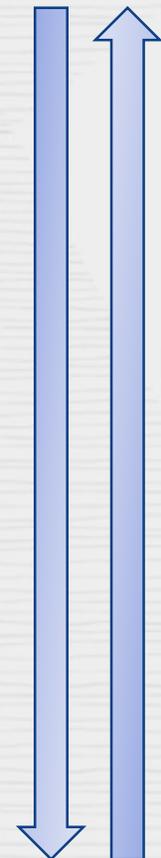
- Localización y manejo exhaustivo de contactos por 14 días, para limitar rápidamente la transmisión.

Transmisión por conglomerados

- Localización y manejo de contactos por 14 días, para limitar la transmisión y reducirla dentro del conglomerado.

Transmisión comunitaria

- Más difícil si la transmisión es intensa. Enfocarse en contactos domésticos, trabajadores de la salud, entornos cerrados de alto riesgo (instituciones, hogares, etc.) y contactos vulnerables. Una vez que los casos comienzan a bajar en zonas de alta transmisión, retomar las cadenas de transmisión y el rastreo de contactos.
- Mantener una fuerte capacidad de localización de contactos en áreas más pequeñas con grupos de casos.



En ambos sentidos

Pasos a seguir

[\[volver al índice\]](#)

Pasos para realizar la localización y seguimiento de contactos

Definir “contactos”

- Cualquier persona expuesta (*) a un caso COVID-19 desde 2 días antes hasta 14 días desde el inicio de los síntomas. (*)
- Estar dentro de 1-2 metros de un caso COVID-19 durante > 15 minutos
- Tener contacto físico directo con un caso COVID-19
- Brindar atención directa a pacientes con COVID-19 sin usar el equipo de protección personal (EPP) adecuado
- Otras definiciones según entorno.

Ver Tabla 1

Identificar contactos

- Investigación detallada del caso, incluyendo una entrevista con el paciente COVID-19 o su cuidador.
- Listado de contactos.

Informar a contactos

- Contactarlos para verificar si cumplen con la definición de contacto.
- Brindar información sobre:
 - ⑩ El proceso de la localización de contactos, e información sobre cuarentena.
 - ⑩ Sitio de la cuarentena y cómo serán atendidos.
 - ⑩ Síntomas a tener en cuenta durante el período de monitoreo.
 - ⑩ A quién informar, cómo aislarse y qué precauciones seguir si presenta síntomas.
 - ⑩ Protección de datos personales.
 - ⑩ Responder a dudas.

Monitoreo diario

- **Monitoreo directo por el equipo de rastreo de contactos**, monitoreando posibles signos y síntomas por teléfono o en persona.
- **Autoinforme**, los contactos informan cualquier signo y síntoma al equipo de seguimiento de contactos. El autoinforme es diario, incluso si no hay signos o síntomas presentes (el llamado informe cero).
- Mínima información que debe capturarse en el formulario de seguimiento de contactos.

Ver Tabla 2

Tabla 1 - Identificación de contactos según entorno

Entorno	Tipo de contacto	Formas de identificar contactos
Contactos conocidos o identificables		
Hogareños y comunitarios / contactos sociales	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto cara a cara dentro de 1-2 metros y por > 15 minutos. • Contacto físico directo con un paciente COVID-19. • Brindar atención directa a un paciente con COVID-19 en el hogar sin EPP adecuado. • Cualquier persona que viva en el hogar. 	<ul style="list-style-type: none"> • Entrevista directa con el paciente COVID-19 y / o sus cuidadores, en persona o por teléfono.
Instituciones cerradas, como residencias y otros entornos cerrados de alto riesgo (hogares, prisiones, refugios, etc.)	<ul style="list-style-type: none"> • Contacto cara a cara dentro de 1 -2 metros y por > 15 minutos. • Contacto físico directo con un paciente COVID-19. • Brindar atención directa a un paciente con COVID-19 en el hogar sin EPP adecuado. • Compartir una habitación, comida u otro espacio con un paciente confirmado. • Si los sucesos son difíciles de evaluar, garantizar que todos los residentes (alto riesgo), y el personal sean monitoreados y examinados. 	<ul style="list-style-type: none"> • Entrevista directa con el paciente COVID-19 y / o su cuidador. • Lista de residentes, visitantes y todo el personal que trabaja durante un periodo de tiempo relevante. • Entrevista con el coordinador o gerente de instalaciones.

Tabla 1 - Identificación de contactos según entorno (cont.)

Entorno	Tipo de contacto	Formas de identificar contactos
Contexto conocido, pero contactos desconocidos		
Instituciones sanitarias	<ul style="list-style-type: none"> • Trabajadores de la salud: contacto directo con un paciente con COVID-19, donde ha fallado la adherencia estricta al EPP. • Contactos expuestos durante la hospitalización: compartir habitación o con paciente COVID-19, visitantes del paciente u otro paciente en la misma habitación. • Contactos expuestos durante visitas ambulatorias: cualquier persona en la sala de espera o similar al mismo tiempo que un COVID-19. • Cualquier persona dentro de 1-2 metros del paciente COVID-19 en cualquier parte del hospital por > 15 minutos. 	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar a todo el personal que ha estado en contacto directo con el paciente COVID-19 o quien pudo haber estado a menos de 1 metro del paciente sin EPP durante > 15 minutos sin contacto directo (ej. capellán). • Revisar la lista de pacientes hospitalizados en la misma habitación o si se comparte baño; y la lista de visitantes que vieron al paciente u otro paciente en la misma habitación durante un plazo relevante. • Empezar una evaluación de riesgo local para determinar si alguna hay alguna exposición adicional que pueda ser relevante, como asistir a un comedor común.
Transporte público o compartido	<ul style="list-style-type: none"> • Cualquier persona a menos de 1-2 metros del paciente COVID-19 por > 15 minutos. • Contacto físico directo con un paciente COVID-19. • Cualquiera persona sentada dentro de dos filas de un paciente COVID-19 durante > 15 minutos, y cualquier miembro del personal (ej. tripulación de línea aérea) en contacto directo con el caso. 	<ul style="list-style-type: none"> • La identificación del contacto generalmente es posible solo donde hay asientos asignados. • Contactar a autoridades aéreas / de transporte para obtener detalles de los pasajeros y manifiestos de vuelo. • En transporte público o compartido donde no hay listados ni asientos asignados, realizar una comunicación de prensa para solicitar a los pasajeros que se autoidentifiquen. Especificar fecha, hora, lugar de salida y llegada / destino.
Otras locaciones definidas o reuniones (lugares de culto, trabajo, escuelas, eventos sociales privados)	<ul style="list-style-type: none"> • Cualquier persona a menos de 1-2 metros del paciente COVID-19 por > 15 minutos. • Contacto físico directo con un paciente COVID-19. • Si el evento es difícil de evaluar, puede considerarse como contacto a cualquier persona que haya permanecido en el mismo entorno cerrado y confinado que un paciente COVID-19. 	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar una evaluación local de riesgos y colaborar con organizadores / líderes para notificar posibles contactos ya sea de forma activa o pasiva (por ejemplo, a través de "advertir e informar" mensajes a posibles asistentes). • Para eventos sociales privados, trabajar con el registro de invitados y listas de reserva. • Cuando sea necesario, considere difundir por los medios especificando el día del evento y solicitando que las personas se autoidentifiquen como contacto potencial.

Tabla 2 - Formulario de seguimiento de contactos

Tipo de información	Datos mínimos requeridos
Identificación de contacto	<ul style="list-style-type: none"> • Identificación de contacto (única). • ID de caso de origen vinculado o ID de evento. • Nombre completo. • Dirección (y geolocalización, cuando sea posible), Número de teléfono y / u otros datos de contacto. • Detalles de contacto alternativos (importante en entornos con recepción de telecomunicaciones variable).
Información demográfica	<ul style="list-style-type: none"> • Fecha de nacimiento (o edad, cuando no se conoce) y Sexo. • Ocupación (para identificar trabajadores de la salud, trabajadores de transporte, otras ocupaciones en riesgo). • Relación con el caso fuente. • Idioma (en entornos con poblaciones diversas).
Tipo de contacto	<ul style="list-style-type: none"> • Tipo de contacto (hogar, lugar de trabajo, comunidad, centro de salud, otro). • Fecha del último contacto con el paciente COVID-19. • Frecuencia y duración de la exposición (esto puede usarse para clasificar los contactos en alto y bajo exposición en caso de que los recursos sean demasiado limitados para permitir el seguimiento de todos los contactos). • Factores que influyen en la vulnerabilidad del contacto.
Seguimiento diario de signos y Síntomas (entrada diaria)	<ul style="list-style-type: none"> • Fiebre (percibida o medida, e informada u observada). • Otros signos y síntomas: dolor de garganta, tos, secreción nasal o congestión nasal, falta de respiración o dificultad para respirar, dolor muscular, pérdida del olfato o del gusto o diarrea. • Ausencia o pérdida durante el seguimiento. • Razones para no informar los signos y síntomas diarios (los contactos no están disponibles, se reubicaron, se perdieron). • Nueva dirección (si se conoce).
Acciones tomadas si son sintomáticos	<ul style="list-style-type: none"> • Fecha de inicio de los síntomas. • Criterios de derivación (basados en la gravedad clínica y la presencia de factores de vulnerabilidad). • Ubicación del contacto (autoaislamiento en el hogar, otra instalación de autoaislamiento, hospital). • Si se ha tomado una muestra, fecha de recolección.

Monitoreo y análisis de datos

[\[volver al índice\]](#)

Procesos de datos

Flujo de datos

- La información generada por los equipos de rastreo de contactos debe ingresarse en una base de datos, incluyendo:
 - Datos del contacto monitoreado
 - Fecha
 - Enlace /relación al caso
 - Información sobre el estado de monitoreo
- Es importante:
 - Compilar y comunicar regularmente **indicadores de rendimiento** relevantes.
 - Vincular en la base de datos si un **contacto se convierte en caso**, mediante un identificador común.
 - Utilizar de manera sistemática **identificadores comunes** que vinculen el rastreo de contactos, las listas de líneas de casos y los resultados de laboratorio individuales.

Análisis

Indicadores clave de monitoreo

Los indicadores clave de rendimiento deben compilarse diariamente y comunicarse a los rastreadores de contacto y a los equipos de rastreo de contactos.

Este análisis es de utilidad para delinear las acciones a seguir, por ende, no debe faltar en el rastreo de contactos.

[Ver Tabla 3](#)

Tabla 3 - Indicadores de monitoreo diario

Indicador	Definición	Uso
Proporción de contactos visto	# contactos vistos / # contactos a seguir (estratificado por región geográfica, tipo de contacto, trazador de contacto)	<ul style="list-style-type: none"> • Monitorear la cobertura. • Identificar áreas con baja cobertura. • Identificar el rendimiento de rastreo de contacto deficiente.
Proporción de contactos perdidos para el seguimiento (definido arbitrariamente como no visto por > 2 días)	# contactos no vistos por > 2 días consecutivos / # contactos a seguir (estratificados por región geográfica, tipo de contacto)	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar áreas con cobertura persistentemente baja y mayor riesgo de propagación. • Identificar los contactos individuales que se ubicarán (donde haya recursos permitidos).
Proporción de contactos que se vuelven sospechosos / casos	# nuevos casos sospechosos / # contactos a seguir	<ul style="list-style-type: none"> • Monitorear la calidad del rastreo de contactos (no tener casos sospechosos entre contactos puede sugerir que el monitoreo no es lo suficientemente riguroso).
Proporción de contactos que se confirman (casos)	# nuevos casos confirmados / # de contactos a seguir	<ul style="list-style-type: none"> • Seguimiento de la dinámica de los brotes.
Proporción de nuevos casos que son contactos conocidos	# casos recientemente confirmados entre contactos / # casos recientemente confirmados	<ul style="list-style-type: none"> • Realizar un seguimiento de la calidad y la integridad del contacto (identificación).
Tiempo desde el inicio del síntoma a la confirmación del caso	# horas / días entre el inicio de los síntomas en contacto y aislamiento / confirmación del caso	<ul style="list-style-type: none"> • Identificar el rendimiento del seguimiento de contactos para identificar rápidamente casos.

Principios éticos

[\[volver al índice\]](#)

Responsabilidad ética de realizar una rigurosa localización de contactos en la covid-19

Responsabilidades éticas:

- Las autoridades de salud tienen la **obligación de llevar a cabo una rigurosa localización de contactos** y **actuar sin demora** en función de la información obtenida.
- La población tiene la responsabilidad de **cooperar** con las tareas de localización de contactos.

Las autoridades deben garantizar:

Manejo responsable de los datos.

Reducción de los riesgos al mínimo.

Información a la población.

Intercambio rápido de los datos.

Principios éticos para el rastreo de contactos y uso de tecnologías digitales

Pruebas y evaluación de las tecnologías empleadas

Minimización de datos razonables y Restricción del uso de la información para el objetivo de salud pública exclusivo para COVID-19

Seguridad en la transmisión, procesamiento y almacenamiento de datos que preservan la privacidad

Notificación preservando privacidad, no punitiva

Aspectos éticos y de derechos humanos garantizados

Sociedad civil y público comprometidos

Comunicación

[\[volver al índice\]](#)

Comunicación

Es fundamental que todas las personas con COVID-19 elaboren una lista de sus **contactos estrechos** desde dos días antes de presentar síntomas para que el personal encargado de la localización de los contactos pueda realizarles el seguimiento de su estado de salud.



El rastreo de contactos es una estrategia clave para romper las cadenas de transmisión de COVID-19

Comunicación



- Enfatizar la solidaridad, la reciprocidad y el bien común: al participar en el rastreo de contactos, las comunidades contribuirán a controlar la propagación local de COVID-19.
- Comunicar cómo se utilizará, almacenará y accederá a la información personal, para protegerlos de la divulgación o identificación nociva.
- No se debe relacionar la cuarentena de contactos y el aislamiento de casos con medidas de seguridad, problemas de inmigración u otras preocupaciones fuera del ámbito de la salud pública.

Se recomienda la participación voluntaria de los casos y sus contactos.

Mensajes para personal de salud sobre localización y manejo de contactos

Si todos los contactos estrechos de cada caso de COVID-19 cumplen con una cuarentena estricta y responden al seguimiento de su estado de salud durante 14 días se contribuirá a romper las cadenas de transmisión y controlar el virus.

Cuando se **identifica un caso de COVID-19**, esa persona debe permanecer aislada para prevenir la propagación de la infección y la contaminación. A su vez, se debe establecer la lista de contactos estrechos de esta persona para poder vigilar la aparición de síntomas y lograr la detección precoz de los casos.

Todas las personas identificadas como **contactos estrechos** de un caso de COVID-19 deben permanecer durante 14 días en una cuarentena estricta, es decir, sin salir de su casa.

En el caso de que la persona viva sola, debe poder establecerse un sistema de apoyo a través de un familiar, amigo o voluntario que pueda acercarle durante ese período los elementos que requiera a su vivienda, manteniendo el distanciamiento físico y siguiendo las medidas de prevención.



Mensajes para personal de salud sobre localización y manejo de contactos (cont.)



- El **seguimiento de contactos** de un caso de COVID-19 es el acto diario de establecer comunicación con los contactos estrechos y determinar la presencia o ausencia de síntomas de fiebre, sensación febril, tos o disnea (dificultad para respirar). La comunicación puede hacerse de forma presencial o por teléfono, mensaje de texto, aplicación móvil o correo electrónico, al menos una vez al día.
- La **comunicación con el contacto estrecho** debe poner el acento en la solidaridad, la responsabilidad y el objetivo de cuidado de la estrategia. Se debe resguardar en todo momento la privacidad y confidencialidad de las personas.
- Si un **contacto presenta síntomas**, es preciso garantizar su aislamiento, y el técnico que realiza el seguimiento notificará al funcionario de salud designado para evaluación médica, pruebas y tratamiento. Si al finalizar el período de seguimiento, el contacto siguiera asintomático, su seguimiento se considerará “cerrado”.

Recomendaciones para contactos

[\[volver al índice\]](#)

Recomendaciones para las personas que estuvieron en contacto con un caso de COVID-19

¿Qué quiere decir **contacto estrecho** de alguien con COVID-19?

- Que entre 2 días antes y 14 días después de la aparición de síntomas de esa persona, estuviste en contacto con ella a menos de 1 metro de distancia y durante más de 15 minutos
- Que tuviste contacto físico directo con esa persona, que atendiste a un paciente que puede tener o tiene COVID-19 sin usar equipo de protección adecuadamente.

Para los **casos asintomáticos** con COVID-19, el período de contacto se considera de 2 días antes a 14 días después de la fecha en que se tomó la muestra de confirmación.

Si estuviste en contacto con un caso de COVID-19, es necesario que cumplas con una:

- **cuarentena estricta:** no salgas de la casa y evites el contacto con otras personas durante 14 días.

Esto va a prevenir la transmisión en la comunidad.

No importa que te sientas saludable o que durante ese periodo te hayan hecho un hisopado que dio negativo, **tenés que mantener una cuarentena estricta por 14 días para cuidarte y cuidar a los demás.**

Si sos un contacto estrecho de una persona con COVID-19, monitorea diariamente tu salud y si presentás algún síntoma (tos, fiebre, dificultad para respirar, pérdida del gusto u olfato), llamá al número asignado en tu jurisdicción para recibir atención médica.

Si tenés que permanecer sin salir de tu casa por 14 días por ser contacto estrecho de un caso de COVID-19:

- ✓ Elegí una habitación que tenga ventilación, recordá tener productos de higiene para manos y, si es posible, usá otro baño al del resto de las personas en la casa. Si no es posible estar solo/a en una habitación, ubicá las camas a más de 1 metro entre sí. Mantené al menos un metro de distancia del resto de las personas.
- ✓ Si vivís solo/a, pedí ayuda a un familiar, amigo o voluntario para que pueda acercarte a tu casa los productos que requieras durante esos 14 días de cuarentena estricta, manteniendo el distanciamiento físico y siguiendo las medidas de prevención indicadas.
- ✓ Asegurate de tener lo que necesitas: alimentos, agua, productos de higiene y, en caso de que tomes algún medicamento, procura tener la cantidad necesaria para los 14 días. También mantené el contacto digital con tus seres queridos, acceso a noticias y entretenimientos.
- ✓ Higienizate las manos con agua y jabón con frecuencia, desinfectá las superficies u objetos que tocás. Limpiá con lavandina o con un desinfectante las manijas de las puertas, utensilios, teléfonos, computadoras, la mesa de luz, el baño y la bolsa de residuos que uses. No compartas la vajilla con otras personas de la casa.
- ✓ Lavá la ropa de forma separada a la de los demás integrantes de la casa, a más de 60° y con un detergente regular.



Si seguís estas medidas, ayudarás a romper las cadenas de transmisión y a controlar el virus

Links

Este material es una síntesis elaborada a partir de los siguientes insumos:

- [Contact tracing](#)
- [Go.data](#)
- [Ethical considerations to guide the use of digital proximity tracking technologies for COVID-19 contact tracing](#)
- [Digital tools for COVID-19 contact tracing](#)
- [Documentos técnicos OPS](#)
- [Sitio web de COVID-19 de OPS Argentina](#)
- [Video de la Reunión de rastreo de contactos con equipos de salud y epidemiología de las provincias y municipios de Argentina](#)