

## Guía de viajes con respecto al COVID-19 de New Hampshire 11 de enero de 2021

La nueva pandemia de enfermedad por coronavirus de 2019 (COVID-19) continúa en todas partes del mundo y dentro de Estados Unidos. Muchos países, incluidos los Estados Unidos (consulte [las tendencias de los distintos estados](#)), siguen teniendo una alta incidencia de COVID-19, y están apareciendo nuevas cepas que parecen ser más infecciosas y fáciles de propagar. La mayoría de los destinos de viajes internacionales siguen teniendo un [Aviso de salud para viajeros](#) que indica el alto riesgo con respecto al COVID-19 con una recomendación de evitar los viajes no esenciales. Por lo tanto, los viajes internacionales o nacionales aumentan las probabilidades que tiene una persona de infectarse y de propagar el COVID-19. Quedarse en casa es la mejor manera de protegerse a sí mismo y a los demás de enfermarse.

Los CDC cuentan con guías para las personas [que viajan dentro de Estados Unidos](#). Debido a que los viajes aumentan la probabilidad que tiene una persona de contagiarse de COVID-19 por medio del contacto estrecho con otros o con superficies públicas contaminadas, toda persona que viaje debe seguir evitando el transporte público y las reuniones con personas que no sean miembros del grupo familiar directo, mantener una distancia de seis pies, como mínimo, de otras personas, utilizar una mascarilla cuando se encuentre en áreas públicas y desinfectarse las manos con frecuencia.

New Hampshire recomienda la siguiente guía de viaje y cuarentena para los residentes y los visitantes de NH con el fin de impedir el ingreso y la transmisión del COVID-19 en nuestras comunidades desde áreas externas a NH que puedan estar experimentando una mayor propagación comunitaria del COVID-19. Existe una guía separada para empleadores/empleados relacionada con viajes y cuarentena que se describe en las [Guías universales de NH](#) y en la [Guía de viajes, detección y exclusión para empleados de la División de Servicios de Salud Pública \(DPHS\) de NH](#). Otras organizaciones y personas para las que la guía comercial puede no corresponder (p. ej., escuelas públicas) deben seguir esta guía o adaptar esta guía a su situación y necesidades específicas, por medio de la elaboración de políticas sobre viajes y cuarentena que den lugar a la realización de viajes esenciales al tiempo que se protege a las personas, las familias y las comunidades de la introducción y la propagación del COVID-19.

### Guía de cuarentena en caso de viaje

**Los viajeros/visitantes Y residentes** de NH deben [ponerse en cuarentena](#) durante 10 días después de la última fecha de cualquier viaje de alto riesgo, lo que incluye viajes internacionales (incluido hacia/desde Canadá); en un crucero o viajes nacionales fuera de los estados de Nueva Inglaterra de Maine, Vermont, Massachusetts, Connecticut o Rhode Island para fines no esenciales.

Las personas que cumplan los criterios de viajes de alto riesgo tienen la opción de finalizar la cuarentena después del séptimo día sometiéndose a una prueba el sexto o séptimo día de cuarentena para la detección de una infección activa por SARS-CoV-2 (el SARS-CoV-2 es el nuevo coronavirus que causa COVID-19); esta prueba debe ser una prueba molecular (p. ej., prueba PCR). Las pruebas de antígenos no se aceptan para este fin. Si la prueba se obtiene el sexto o séptimo día de la cuarentena, la persona es asintomática y la prueba da un resultado negativo, la persona puede finalizar la cuarentena después de los 7 días, pero debe seguir [autoobservándose](#) para detectar síntomas de COVID-19 y cumplir estrictamente las medidas de mitigación del COVID-19 (distanciamiento social, evitar reuniones sociales y grupales, usar una mascarilla cuando esté alrededor de otras personas, practicar una higiene de manos frecuente, etc.). Todo nuevo [síntoma de COVID-19](#) debe impulsar a la persona a aislarse y solicitar una nueva prueba (incluso si esta recientemente se hizo una prueba para salir de su cuarentena). Esta opción de someterse a una prueba para salir de la cuarentena el séptimo día SOLO corresponde a la cuarentena

relacionada con viajes (no a la cuarentena debido a una exposición a un contacto estrecho de alto riesgo con una persona que tiene COVID-19).

Se puede permitir que los viajeros/visitantes de NH hagan la cuarentena en su estado de origen durante los 10 días inmediatamente anteriores a su llegada, siempre que no hayan viajado en transporte público para llegar a la ciudad. Como alternativa, los viajeros/visitantes de NH tienen la opción de ponerse en cuarentena en su estado de origen durante 7 días y realizarse una prueba molecular (p. ej., prueba PCR) para la detección de una infección activa por SARS-CoV-2 inmediatamente antes de su llegada a NH. Si la prueba arroja un resultado negativo, al viajero no se le exige ponerse en cuarentena tras llegar a NH, siempre que no haya viajado en transporte público para llegar a la ciudad y no haya tenido ninguna otra exposición posible al COVID-19. Las pruebas de antígenos no se aceptan para este fin. La cuarentena significa que la persona no puede salir de su hogar, ni siquiera para trabajar, estudiar u otras funciones esenciales, y la persona que viaje a NH no puede poner fin a la cuarentena antes de recibir el resultado de su prueba y antes de viajar a NH (es decir, desde el momento en que la prueba da un resultado negativo hasta su llegada a NH, no debe haber ninguna otra exposición pública posible).

### Excepciones a la cuarentena por viaje

Las siguientes personas NO necesitan hacer cuarentena después de un viaje de alto riesgo:

1. Las personas que hayan pasado 14 días de la segunda dosis de su vacuna contra el COVID-19 (es decir, 14 días después de la vacunación completa).
2. Las personas que estén dentro de los 90 días de una infección previa por SARS-CoV-2 que haya sido diagnosticada por una prueba PCR o de antígenos (si la persona tuvo una infección previa hace más de 90 días, igualmente tiene que hacer la cuarentena por viaje).

Sin embargo, estas personas deben seguir observándose para detectar síntomas de COVID-19 todos los días, practicar el distanciamiento social, evitar las reuniones sociales y otros encuentros grupales, usar siempre una mascarilla cuando estén alrededor de otras personas y practicar una buena higiene de manos en todo momento.

Las empresas, organizaciones, escuelas, etc. pueden hacer otras excepciones a la cuarentena por viaje para las personas que viajen por motivos de "viaje esencial" y que no cumplan uno de los dos criterios anteriores. Los viajes esenciales incluyen viajes por trabajo, estudio, seguridad personal, atención médica, cuidado de otras personas, custodia compartida de los padres, obtención de medicamentos y de alimentos o bebidas (traslados cortos para buscar comestibles y comida para llevar únicamente). Los viajes esenciales también incluyen viajes de estudiantes y sus padres o tutores que visiten instituciones de enseñanza superior o escuelas secundarias preparatorias como posibles futuros estudiantes, lo que incluye el permiso para que los estudiantes se queden en las escuelas a pasar la noche. Los empleados no esenciales que viajen a áreas de mayor riesgo por motivos personales o de placer no pueden ampararse en esta exención por "viaje esencial" (consulte la Guía de viajes, detección y exclusión para empleados de la DPHS de NH para obtener más información sobre la designación de "empleado esencial" y orientación).

Las organizaciones deben elaborar sus propias políticas de viajes y exclusiones siguiendo la guía de salud pública (esta guía y la [Guía de viajes, detección y exclusión para empleados de la DPHS de NH](#)) y las [Guías universales de NH](#). Sin embargo, las excepciones de "viaje esencial" y "empleado esencial" a los requisitos de cuarentena por viaje no deben ser práctica habitual y se deben hacer todos los esfuerzos posibles para permitirles a las personas trabajar, aprender o desempeñar otras funciones importantes de forma remota durante su período de cuarentena. Las personas a las que se les permite trabajar o asistir a la escuela a pesar de un viaje de alto riesgo aún deben respetar la cuarentena para todos los demás fines que no sean el trabajo o la escuela (salvo que estén

vacunadas por completo contra el COVID-19 o hayan estado infectadas previamente en los últimos 90 días) y no deben asistir a funciones o reuniones sociales durante su período de cuarentena.

### Resumen de cuarentena por viajes

Síntoma/Estado de la prueba	Viaje internacional, en crucero o nacional fuera de Nueva Inglaterra	Viaje dentro de Nueva Inglaterra o ningún viaje
Síntoma nuevo o sin explicación de COVID-19	<p>Aíslese y realícese una prueba de inmediato.</p> <p>Si el resultado es negativo, la persona puede regresar a sus actividades normales después de pasar 24 horas, como mínimo, sin tener fiebre (sin medicamentos para bajar la fiebre) y cuando otros síntomas estén mejorando; ADEMÁS, se debe cumplir uno de los criterios que se indican a continuación:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. La persona está vacunada por completo contra el COVID-19 (han pasado al menos 14 días desde que recibió la segunda dosis de la vacuna contra el COVID-19) o la persona ha dado positivo previamente en una prueba de infección activa por COVID-19 en los últimos 90 días.</li> <li>2. La persona completa la <a href="#">autocuarentena</a> durante 10 días a partir del último día de viaje</li> <li>3. El viaje fue un "viaje esencial"</li> <li>4. La persona finaliza la cuarentena después del séptimo día con un resultado negativo en la prueba de SARS-CoV-2 el sexto o séptimo día de cuarentena (debe ser una prueba molecular para detectar una infección activa, como la prueba PCR)</li> </ol> <p>(Nota: si la persona se sometió una prueba antes del sexto o séptimo día de cuarentena debido a síntomas y obtuvo un resultado negativo, de todos modos se requiere una segunda prueba el séptimo día para poner fin a la cuarentena después de los 7 días).</p>	<p>Aíslese y realícese una prueba de inmediato.</p> <p>Si el resultado es negativo, la persona puede regresar a sus actividades normales después de pasar 24 horas, como mínimo, sin tener fiebre (sin medicamentos para bajar la fiebre) y cuando otros síntomas estén mejorando.</p>
Sin síntomas (asintomática)	<p>Haga una <a href="#">autocuarentena</a> durante 10 días a partir de su último día de viaje (salvo que el viaje haya sido considerado como "viaje esencial", la persona esté vacunada por completo y hayan pasado al menos 14 días desde que recibió la segunda dosis de la vacuna contra el COVID-19 o la persona haya dado positivo previamente en una prueba de infección activa por COVID-19 en los últimos 90 días).</p> <p>La persona tiene la opción de finalizar la cuarentena después del séptimo día con un resultado negativo en la prueba de SARS-CoV-2 el sexto o séptimo día de cuarentena (debe ser una prueba molecular para detectar una infección activa, como la prueba PCR).</p>	Sin restricciones
Prueba con resultado positivo para COVID-19	<a href="#">Autoaíslese</a>	<a href="#">Autoaíslese</a>

Viaje esencial: Los viajes esenciales incluyen viajes por trabajo, estudio, seguridad personal, atención médica, cuidado de otras personas, custodia compartida de los padres, obtención de medicamentos y de alimentos o bebidas (traslados cortos para buscar comestibles y comida para llevar únicamente). Los viajes esenciales también incluyen viajes de estudiantes y sus padres o tutores que visiten instituciones de enseñanza superior o escuelas secundarias preparatorias como posibles futuros estudiantes, lo que incluye el permiso para que los estudiantes se queden en las escuelas a pasar la noche. Los empleados no esenciales que viajan a áreas de mayor riesgo por motivos personales o de placer no pueden ampararse en esta exención.

### ¿Cuál es la diferencia entre aislamiento y cuarentena?

El aislamiento se aplica a las personas que están enfermas o infectadas con el nuevo coronavirus que causa el COVID-19; y la cuarentena se aplica a las personas que han estado posiblemente expuestas o que corren riesgo

## Oficina de Control de Enfermedades Infecciosas

de infectarse. Ambos términos significan que la persona debe quedarse en su casa alejada de otras personas, pero el tiempo que se exige para cada uno es diferente. Vea este resumen de las diferencias [en línea](#).