

# Carta de notificación de exposición a COVID-19

Estimado padre/tutor,

Está recibiendo esta notificación porque:

Su hijo ha sido identificado como un contacto cercano con una persona que dio positivo por COVID-19 en **[NOMBRE DEL PROGRAMA DE CUIDADO INFANTIL O APRENDIZAJE TEMPRANO]**.

El contacto cercano significa estar a menos de 6 pies (2 metros) de alguien con COVID-19 durante un total combinado de 15 minutos o más dentro de un período de 24 horas, o si alguien con COVID-19 tosió sobre hijo, lo besó o compartió utensilios con usted.

Su hijo tuvo contacto cercano con alguien que tiene COVID-19 en las siguientes fechas:

**[FECHAS AQUÍ]**.

---

## ¿Qué debo hacer ahora?

Salud Pública del Condado de Skagit recomienda lo siguiente:

**Si su hijo no tiene síntomas, manténgalo en casa ("en cuarentena") y lejos de otras personas hasta que:**

**[\_/\_/\_ = 14 días desde la última exposición a una persona con COVID-19 confirmado]**.  
Esta es la opción más segura.

**[\_/\_/\_ = 10 días desde la última exposición a una persona con COVID-19 confirmado]**  
En este caso, continúe monitorización de los síntomas hasta el día 14. Si cualquier síntoma de COVID-19 se desarrolla durante los 10 días, permanecer en cuarentena y hacer que se hagan las pruebas.

**[\_/\_/\_ = 7 días desde la última exposición a una persona con COVID-19 confirmado]**  
Esta opción de 7 días, solo se aplica si su hijo se hizo la prueba en o después de [FECHA AQUÍ] el quinto día después de la última exposición y el resultado de la prueba fue negativo.

Para que su hijo se haga la prueba de COVID-19, llame al proveedor de atención médica de su hijo o vaya a un sitio de prueba gratuito. Encuentre una lista de ubicaciones de prueba locales aquí:

<https://www.skagitcounty.net/Departments/HealthDiseases/coronavirusTESTsites.htm>

**El propósito de la cuarentena** es esperar y ver si una persona que ha estado expuesta a alguien con COVID-19 se infectará. Una prueba negativa durante este período de cuarentena solo significa que no tenían COVID-19 en el momento de la prueba, pero aún pueden desarrollar síntomas o dar positivo para COVID-19 más tarde dentro del período de 14 días.

- **Las personas en cuarentena deben salir de casa solo si los llevan para recibir atención médica o pruebas de COVID-19.**
- Esté atento a los síntomas de COVID-19 hasta el día 14, incluso si se sigue una cuarentena más acorto.

- Su hijo no debe ir a la escuela, al cuidado infantil ni participar en otras actividades sociales o comunitarias durante la cuarentena.
- En este momento, los hermanos de su hijo y otros miembros del hogar todavía pueden ir a la escuela, al cuidado infantil o participar en otras actividades sociales o comunitarias.
  - Sin embargo, **si su hijo que estuvo expuesto desarrolla síntomas de COVID-19 o da positivo**, entonces todo el hogar debe ponerse en cuarentena y buscar pruebas. Por favor llamar a Salud Pública del Condado de Skagit al 360-416-1500 para obtener más orientación si esto sucede.

## ¿Cuándo debería hacerse la prueba de COVID-19 a mi hijo?

Es mejor esperar al menos 5 días para hacerse la prueba **A MENOS** que su hijo desarrolle síntomas. Si desarrollan síntomas, buscar pruebas tan pronto como sea posible. Llame al proveedor de atención médica de su hijo para que se haga la prueba o vaya a un sitio de prueba gratuito:

<https://www.skagitcounty.net/Departments/HealthDiseases/coronavirusTESTsites.htm>

- **Si el resultado de la prueba de su hijo muestra que tiene COVID-19, notifique [nombre de contacto, nombre del programa de cuidado infantil o aprendizaje temprano, número de teléfono o correo electrónico]** tan pronto como sea posible.
- Si la prueba de su hijo es negativa, entonces debe ponerse en cuarentena hasta **[FECHA de arriba]**. Un resultado negativo de la prueba solo significa que no tenían COVID-19 en el momento. Todavía pueden desarrollar COVID-19 durante el período de cuarentena de 14 días, por eso es importante estar atentos a los síntomas durante esos 14 días.

## ¿Cuáles son los síntomas comunes de COVID-19?

La mayoría de los casos de COVID-19 son leves con fiebre y tos. Los adultos y los niños con COVID-19 han reportado los siguientes síntomas o combinaciones de síntomas, que pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición al virus:

- |   |  |
|---|--|
| • Fiebre de 100.4 ° F o 38 ° C o más          | • Dolor de garganta  |
| • Tos   | • Congestión o secreción nasal   |
| • Falta de aliento o dificultad para respirar | • Náuseas o vómitos  |
| • Escalofríos                                 | • Diarrea  |
| • Cansancio                                   | • Otros síntomas de una nueva enfermedad que no están relacionados con una condición preexistente (como alergias estacionales) |
| • Dolor muscular o dolor de cuerpo            |  |
| • Dolor de cabeza                             |  |
| • Nueva pérdida del gusto o del olfato        |  |

Esta lista no incluye todos los síntomas posibles. Hable con su proveedor médico para cualquier otro síntoma que sea grave o preocupante para usted.

Los niños con COVID-19 generalmente tienen síntomas más leves. Para obtener más información sobre los síntomas de COVID-19, visite el sitio web de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades: ([www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms)).

## ¿Cómo puedo protegerme y a mi familia del COVID-19?

Las mejores maneras de protegerse usted mismo y a su familia son:

- Obtenga una vacuna contra el COVID-19 cuando esté disponible para usted y los miembros de su familia.
- Cuando esté fuera de su casa, manténgase al menos a 6 pies (2 metros) de distancia de los demás.

Nota para los administradores de programas de cuidado infantil y aprendizaje temprano: **antes de enviar a las familias**, por favor llame Salud Pública del Condado de Skagit al 360-416-1500 para obtener ayuda para completar este formulario.

9/15/2021

- Evite las reuniones de grupo y los espacios interiores mal ventilados.
- Use una cubierta facial de tela ajustada que cubre su nariz y boca cuando esté en un lugar público, incluso al aire libre si no puede mantenerse al menos de 6 pies (2 metros) de distancia de los demás.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón al menos de 20 segundos. Si no está disponible, use desinfectante para manos (60% de alcohol o más). No use desinfectante de manos en niños menores de dos años.
- Evite el contacto con personas enfermas. Quédese en casa cuando esté enfermo y evite el contacto cercano con otras personas.
- Consulte las Alertas de Viaje y consejos de los CDC para COVID-19 en [www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/](http://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/) si usted o su familia viajan dentro de los Estados Unidos o al extranjero.

## ¿Cuándo puede regresar mi hijo a su programa de cuidado infantil o aprendizaje temprano?

**El salón de su hijo volverá a abrir el [FECHA]**

**Los niños que no desarrollan COVID** pueden regresar el día *después de* completar su período de cuarentena completa si están bien.

**Los niños que dan positivo por COVID-19** pueden regresar al cuidado infantil cuando haya sido:

- Al menos 10 días desde el inicio de los síntomas (si son sintomáticos)
  - Y 24 horas después de que la fiebre se haya resuelto (sin medicamentos para reducir la fiebre)
  - Y los síntomas han mejorado
- O 10 días después de que se obtuvo la prueba positiva (si nunca desarrollan síntomas)

Encuentre información adicional sobre COVID-19 en [www.skagitcounty.net/coronavirus](http://www.skagitcounty.net/coronavirus)

Si tiene alguna pregunta, comuníquese con **[nombre del representante del programa de cuidado infantil o aprendizaje temprano]** o llame a Salud Pública del Condado de Skagit al 360-416-1500. Hay intérpretes disponibles.

Gracias

**[NOMBRE DE LA PERSONA QUE FIRMA LA CARTA]**