

Información para personas que hayan tenido contacto estrecho con alguien que padezca de covid-19

Información aplicable a Västmanland

Si has tenido contacto estrecho con alguien que padezca de covid-19, necesitarás estar especialmente atento a tus síntomas y encontrarte con un número mínimo de personas. Si alguien con quien convivas padece de covid-19, estarás obligado a cumplir ciertas reglas de actuación.

Si no estás vacunado y si convives o has compartido vivienda con alguien que padezca de covid-19

Si convives o si has compartido vivienda con alguien que se encuentre en la fase contagiosa de covid-19, estarás obligado a cumplir ciertas reglas de actuación.

Dichas reglas tendrán vigor hasta que hayan transcurrido 7 días a partir de la fecha en que la persona con quien convivas/hayas compartido vivienda dejara la prueba en que se detectara covid-19. Conéctate a 1177.se y activa aviso por sms o mail, para que puedas ser contactado por los servicios de asistencia médico-sanitaria con el fin de trazar contagios.

- Independientemente de tu edad, si has compartido vivienda con una persona que padezca de covid-19 detectada en su fase contagiosa, deberás quedarte en tu casa durante 7 días a partir de la fecha en que la persona que padezca de covid-19 dejara su prueba. Significa ello que, durante este período, no podrás ir al trabajo, ni a la escuela o al centro de educación preescolar.
- En la medida en que te resulte posible, deberás evitar reunirte con personas que no pertenezcan a tu propio hogar. Podrás hacer las compras necesarias, por ejemplo de alimentos y medicamentos, mientras estés totalmente sano y si no tienes posibilidad de conseguir entrega a domicilio, ni que te ayude algún familiar o amigo.
- Comunicarás a tu empleador o rector que es posible que hayas estado expuesto a contagio.
- Trabajarás o estudiarás desde tu casa. Si no tienes posibilidad de realizar tu trabajo desde tu casa, podrás solicitar ayuda para personas portadoras de enfermedades contagiosas ("smittbärarpenning") al Instituto Nacional de Seguridad Social ("Försäkringskassan") [Smittbärarpenning från Försäkringskassan](#). La ayuda para personas portadoras de enfermedades contagiosas se paga a aquellas personas que puedan trabajar pero que no se les permita hacerlo debido al riesgo de contagiar a otras personas. Necesitarás un certificado médico que acredite que no puedes estar presente en tu trabajo. Cuando la persona que padezca de covid-19 con quien hayas

compartido vivienda haya declarado que eres contacto dentro del hogar, tu médico de cabecera expedirá dicho certificado. *Contacta a tu médico de cabecera para obtener el certificado a los efectos de ayuda para personas portadoras de enfermedades contagiosas, cuando veas que hay una anotación en tu historia clínica hecha por un equipo de trazado de contagio de covid-19.*

- Deberás ser cuidadoso con la higiene de tus manos.
- Si asistes al grado preescolar preparatorio o si tienes más edad, reservarás cita para la prueba de diagnóstico PCR de covid-19 [boka tid för egenprovtagning \(PCR\)](#) **en el quinto día** después de que la persona con quien hayas convivido dejara la prueba que confirmara covid-19. Significa ello que, si la persona con quien convivas dejó una prueba que detectó covid-19 el día 1º de octubre, reservarás cita para toma de prueba el día 6 de octubre (cinco días más tarde). Esto es aplicable a toda persona que conviva o que haya compartido vivienda con una persona que padezca de covid-19, a partir del grado preescolar preparatorio y mayores de esa edad. No se recomienda toma general de pruebas de covid-19 en los niños que asistan al grado preescolar preparatorio.
- Si llegas a tener síntomas y si asistes al grado preescolar preparatorio o si tienes más edad, reservarás cita inmediatamente para la prueba de diagnóstico PCR de covid-19 [boka tid för egenprovtagning \(PCR\)](#).

Si estás vacunado y si convives o has compartido vivienda con alguien que padezca de covid-19

Si convives o si has compartido vivienda con alguien que se encuentre en la fase contagiosa de covid-19, estarás obligado a cumplir ciertas reglas de actuación.

Dichas reglas serán aplicables hasta que hayan transcurrido 7 días a partir de la fecha en que la persona con quien compartas/hayas compartido vivienda dejara la prueba en que se detectara covid-19. Lee más a continuación, y conéctate a 1177.se y activa aviso por sms o mail, para que puedas ser contactado por la asistencia médico-sanitaria con el fin de trazar contagios.

- Independientemente de tu edad y de tu estado de vacunación, si has compartido vivienda con una persona que padezca de covid-19 detectada en su fase contagiosa, deberás quedarte en tu casa durante 7 días a partir de la fecha en que la persona que padezca de covid-19 dejara su prueba. Significa ello que no podrás ir al trabajo, ni a la escuela o al centro preescolar durante ese período.
- En la medida en que te resulte posible deberás evitar reunirte con personas que no pertenezcan a tu propio hogar. Podrás hacer las compras necesarias, por ejemplo de alimentos y medicamentos, mientras estés totalmente sano y si no tienes posibilidad de conseguir entrega a domicilio, ni que te ayude algún familiar o amigo.
- Comunicarás a tu empleador o rector que es posible que hayas estado expuesto a contagio.
- Trabajarás o estudiarás desde tu casa. Si no tienes posibilidad de realizar tu trabajo desde tu casa, podrás solicitar ayuda para personas portadoras de enfermedades contagiosas (“smittbärarpenning”) al Instituto Nacional de

Seguridad Social (“Försäkringskassan”) [Smittbärrapenning från Försäkringskassan](#). La ayuda para personas portadoras de enfermedades contagiosas se paga a aquellas personas que puedan trabajar pero que no se les permita hacerlo debido al riesgo de contagiar a otras personas. Necesitarás un certificado médico que acredite que no puedes estar presente en tu trabajo. Cuando la persona que padezca de covid-19 con quien hayas compartido vivienda haya declarado que eres contacto dentro del hogar, tu médico de cabecera expedirá dicho certificado. *Contacta a tu médico de cabecera para obtener el certificado a los efectos de ayuda para personas portadoras de enfermedades contagiosas, cuando veas que hay una anotación en tu historia clínica hecha por un equipo de trazado de contagio de covid-19.*

- Deberás ser cuidadoso con la higiene de tus manos.
- Si asistes al grado preescolar preparatorio o si tienes más edad, reservarás cita para la prueba de diagnóstico PCR de covid-19 [boka tid för egenprovtagning \(PCR\)](#) en el quinto día después de que la persona con quien hayas convivido dejara la prueba que confirmara covid-19. Significa ello que, si la persona con quien convivas dejó una prueba que detectó covid-19 el día 1º de octubre, reservarás cita para toma de prueba el día 6 de octubre (cinco días más tarde). Esto es aplicable a toda persona que conviva o que haya compartido vivienda con una persona que padezca de covid-19, a partir del grado preescolar preparatorio y mayores de esa edad. No se recomienda toma general de pruebas de covid-19 en los niños que asistan al grado preescolar preparatorio.
- Si llegas a tener síntomas y si asistes al grado preescolar preparatorio o si tienes más edad, reservarás cita inmediatamente para la prueba de diagnóstico PCR de covid-19 [boka tid för egenprovtagning \(PCR\)](#).

Si has padecido de covid-19 durante los últimos seis meses y si convives o has compartido vivienda con alguien que padezca de covid-19

- No necesitarás quedarte en tu casa, ni abstenerte de ir a la escuela o al trabajo mientras no presentes síntomas.
- Si llegas a presentar síntomas, no será necesario tomar la prueba, pero deberás quedarte en tu casa hasta que lleves 24 horas sin presentar síntomas.

Si no estás vacunado y si has tenido contacto estrecho con alguien que padezca de covid-19, aunque sin compartir vivienda con esa persona

- Necesitarás estar **especialmente atento a cualquier síntoma** que pueda ser indicativo de covid-19.
- Si llegas a presentar síntomas, reservarás cita inmediatamente para prueba de diagnóstico PCR [ska du boka tid för egenprovtagning](#) (aplicable a partir del grado preescolar preparatorio y mayores de esa edad).
- Si te has encontrado **frente por frente, dentro de una distancia de 2 metros, por más de 15 minutos**, con una persona que haya sido contagiosa,

y si recibes información de que deberás dejar prueba, aun cuando no presentes síntomas, reservarás cita para prueba de diagnóstico PCR [boka tid för egenprovtagning](#) a través de 1177.se, con el fin de detectar cualquier posible propagación del virus. Si en la primera prueba de diagnóstico PCR no se detecta covid-19, **deberás repetir el test otra vez más**, transcurridos unos cinco días a partir del momento en que estuviste expuesto al contagio. (No aplicable a los niños que asistan al 1º hasta e incluso el 6º grado de la educación primaria.)

- Trabaja a distancia, si tienes posibilidad de hacerlo.
- Comunícale a tu jefe o a tu rector que es posible que hayas estado expuesto a contagio.
- Durante 7 días, contados a partir del último día en que puedas haber estado expuesto a contagio, deberás reunirte con el número mínimo posible de personas y procurar mantener la distancia. Podrás ir a la escuela y al trabajo, pero **te abstendrás de todo tipo de actividad de tiempo libre**. Esto será aplicable aun cuando hayas dejado una prueba en que no se haya constatado covid-19. Debido a que la propagación del contagio de covid-19 es muy amplia en la provincia de Västmanland y al hecho de haberse dado propagación del contagio dentro de unos grupos que se han dedicado a actividades de tiempo libre, las orientaciones de esta provincia son más restrictivas que las nacionales.
- Se cuidadoso con la higiene de tus manos.

Si estás vacunado y si has tenido contacto estrecho con alguien que padece de covid-19, pero sin haber compartido vivienda con esa persona

- Deberás estar **especialmente atento a síntomas** que puedan ser indicativos de covid-19.
- Si llegas a presentar síntomas, reservarás cita inmediatamente para prueba de diagnóstico PCR [ska du boka tid för egenprovtagning](#) (aplicable a partir del grado preescolar preparatorio y mayores de esa edad).
- Se cuidadoso con la higiene de tus manos.

Si has padecido de covid-19 durante los últimos seis meses y si has tenido contacto estrecho con alguien que padezca de covid-19, aunque sin haber compartido vivienda con esa persona

- No necesitarás quedarte en tu casa, ni abstenerte de ir a la escuela o al trabajo mientras no presentes síntomas.
- Si llegas a presentar síntomas, no será necesario tomar la prueba, pero deberás quedarte en tu casa hasta que lleves 24 horas sin presentar síntomas.

¿Qué hago si presento síntomas?

Personas a partir del grado preescolar preparatorio y mayores de esa edad

Si llegas a presentar síntomas, incluso leves, **te quedarás en tu casa y reservarás cita para prueba de covid-19**. Aquí encontrarás información sobre cómo reservar cita: [Provtagning för covid-19 i Västmanland](#) (“Toma de prueba de covid-19 en Västmanland”). A la espera del resultado de la prueba, estarás obligado a cumplir las recomendaciones como si estuvieras padeciendo de covid-19. Cuando reserves la cita, recibirás más información.

Niños de preescolar

Aquellos niños que lleguen a presentar síntomas deberán quedarse en su casa, si los síntomas pueden ser indicativos de una infección de las vías respiratorias. Señales de infección de las vías respiratorias pueden ser, por ejemplo, dolor de garganta, fiebre, tos y sensación de estar enfermo. Por regla general, no necesitan hacer la prueba de covid-19.

Aquellos niños que se hayan quedado en su casa podrán volver al centro preescolar cuando

- lleven 24 horas afebriles y
- se sientan sanos, aun cuando sigan presentando ciertos síntomas en las vías respiratorias

Ello significa, en la mayoría de los casos, que necesitarán quedarse en su casa desde un par de días hasta una semana.

¿Qué hago si necesito asistencia médico-sanitaria por covid-19 o cualquier otra enfermedad?

Si necesitas asesoramiento, llama por teléfono, en primera instancia, a tu centro de asistencia sanitaria o bien a 1177 Vårdguiden. Si te has enfermado hasta el punto de peligrar tu vida, llama a 112, informando que es posible que te hayas contagiado de covid-19.

Information in other languages

INFORMACIÓN EN VARIOS IDIOMAS

- معلومات إلى من كان على تواصل قريب مع شخص مُصاب بكوفيد-19
- رهنمود برای شما که با فرد مبتلا به کووید-19 تماس نزدیک داشته اید
- Information for those who have been in close contact with someone who has Covid 19

- Tietoja sinulle, joka olet ollut lähiyhteydessä henkilöön, jolla on covid-19
- اند داشته تماس 19-کروید به مبتلا فرد یک با که افرادی به رسانی اطلاع
- Warbixin loogu talagalay qofka adigoo kale ah oo xiriir dhow la yeeshay qof u cudurka [covid-19] ku dhacay
- ሓገራታ ንዓኝ ብኮሺድ-19 ምስ ዝተለኸፈ ሰብ ናይ ቀረባ ርክብ ዝነበረካ
- Información para personas que hayan tenido contacto estrecho con alguien que padezca de covid-19

SUGERIR Y COMPARTIR EL ARTÍCULO

- [Dela på facebook](#)
- [Dela på twitter](#)
- [Tipsa en vän](#)
- [Skriv ut sidan](#)

Última actualización:

26-11-2021

Redactora:

Caroline Sönnnerlid, Region Västmanland

Revisado por:

Daniel Heimer, Médico Encargado Adjunto de Protección contra Enfermedades Infecciosas, Región Västmanland