

Guía de viajes con respecto al COVID-19 de New Hampshire 3 de diciembre de 2020

La nueva pandemia de enfermedad por coronavirus de 2019 (COVID-19) continúa en todas partes del mundo y dentro de Estados Unidos. Muchos países, incluido Estados Unidos (consulte [tendencias de estados individuales](#)), siguen teniendo una alta incidencia de COVID-19, y en muchas áreas en las que se logró controlar los brotes originales se observa ahora un aumento de casos de COVID-19. 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 y recomienda no hacer viajes que no sean 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 Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (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 contactos familiares inmediatos, mantener una distancia de seis pies, como mínimo, de otras personas, utilizar una cubierta de tela para la cara 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](#) y en la [guía](#) de viajes, detección y exclusión para empleados del Departamento de Servicios de Salud Pública de (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, usar una mascarilla, practicar una higiene de manos frecuente, etc.) durante 14 días completos después de su último día de viaje. 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 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 del DPHS de NH) y las [Guías universales](#). Las empresas, organizaciones, escuelas, entre otras, pueden hacer excepciones a las recomendaciones para la cuarentena por viaje descritas en esta guía para las personas que viajen con fines de “viajes esenciales”. 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 (consulte la Guía de viajes, detección y exclusión para empleados del DPHS de NH para obtener más información sobre la designación de “empleado esencial” y orientación)

Sin embargo, las excepciones a los requisitos de cuarentena después de un viaje de alto riesgo 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 propósitos que no sean el trabajo o la escuela y no deben asistir a funciones ni reuniones sociales durante su período de cuarentena.

Resumen de cuarentena por viajes

Síntomas/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 tres criterios que se indican a continuación:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. La persona completa la autocuarentena durante 10 días a partir del último día de viaje 2. El viaje fue un “viaje esencial” 3. 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) <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>Póngase en autocuarentena durante 10 días a partir del último día de viaje (a menos de que se trate de un viaje esencial).</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	Autoaíslese	Autoaíslese

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 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](#).