

Calculating Quarantine Time

CDC and the State of Nebraska Directed Health Measures now offer quarantine options to possibly allow for reduced time in quarantine at home; the specifics of those options are described below.

For the options listed below, please enter the date accordingly for each one:		
Day 0	Last Day of Close Contact with Someone Infectious for COVID-19:	
Day 5	The earliest day that a test specimen may be collected for the 7-day home quarantine option (#3 below):	
Day 8	Return to Activities if choosing the 7-day home quarantine option AND must meet all criteria in #3 below:	
Day 11	Return to Activities Date if choosing 10-day home quarantine option AND must meet all criteria in #2 below:	
Day 15	14-day Return to Normal Activities Date, if no symptoms have developed:	

1. **A full 14-day home quarantine AFTER** close contact has the lowest risk of post-quarantine spread. This strategy poses a residual transmission risk of about 0 – 3%.
2. Home Quarantine may be discontinued **AFTER 10 days** from the last close contact with someone who is infectious for COVID-19 if the following requirements are met:
 - a. There has been NO symptom development AND
 - b. Symptom Monitoring, at least two times daily, continues through day 14 since last close contact AND
 - c. A face mask is worn at all times when outside of the home through day 14 since last close contact.
 This strategy poses a residual transmission risk of about 1 – 10%.
3. Home Quarantine may be discontinued **AFTER 7 days** from the last close contact with someone who is infectious for COVID-19 if the following requirements are met:
 - a. There has been NO symptom development AND
 - b. Symptom Monitoring, at least two times daily, continues through day 14 since last close contact AND
 - c. A face mask is worn at all times when outside of the home through day 14 since last close contact AND
 - d. A negative COVID-19 test result is received for the quarantined individual for a specimen that was collected no earlier than 5 days since the quarantined individual's last close contact. The test performed can be either molecular (PCR) or antigen but cannot be an antibody test.
 This strategy poses a residual transmission risk of about 5-12%.
4. **If even one symptom develops during the 14 days after last close contact**, the quarantined person should immediately isolate at home, seek testing, and continue isolation while waiting for test results. If the test is positive for COVID-19, the person then moves to isolation status.

Calculando el Tiempo de Cuarentena

La CDC y las Medidas de Salud Dirigidas del Estado de Nebraska ofrecen opciones de cuarentena con la intención de permitir una posible reducción del tiempo de cuarentena en el hogar; información específica a dichas opciones esta descrita a continuación.

PARA LAS OPCIONES LISTADAS ABAJO, POR FAVOR PONGA EL DIA QUE CORRESPONDA:		
Día 0	Ultimo día en Contacto Cercano con alguien que pudiera considerarse infeccioso para COVID-19:	
Día 5	La fecha más temprana para recolectar la muestra para considerar la opción de 7-días de cuarentena en casa (#3 abajo):	
Día 8	Regreso a las actividades en caso de haber elegido la opción de 7-días de cuarentena en casa Y haber cumplido con todos los criterios enlistados en el #3:	
Día 11	Regreso a las actividades en caso de haber elegido la opción de 10-días de cuarentena en casa Y haber cumplido con todos los criterios enlistados en el #2:	
Día 15	Día-14 Regreso a las Actividades Normales si no se han desarrollado síntomas:	

- Una **cuarentena completa de 14-días en casa** DESPUES de haber estado expuesto a un contacto cercano, tiene el riesgo más bajo de contagio post cuarentena. Esta estrategia representa un riesgo de transmisión residual de 0 – 3%.
- La Cuarentena en Casa se puede discontinuar **DESPUES de 10 días** de la fecha del último contacto cercano con alguien infeccioso por COVID-19 si los siguientes requerimientos han sido cumplidos:
 - Que NO haya desarrollo de síntomas Y
 - Que se siga Monitoreo de Síntomas, al menos 2 veces al día, todos los días hasta el día 14 a partir de la última fecha de contacto cercano Y
 - Que se use una mascarilla todo el tiempo mientras se está fuera de casa, hasta el día 14 a partir de la fecha de último contacto.
 Esta estrategia representa un riesgo de transmisión residual de 1 – 10%.
- La Cuarentena en Casa se puede discontinuar **DESPUES de 7 días** de la fecha del último contacto cercano con alguien infeccioso por COVID-19 si los siguientes requerimientos han sido cumplidos:
 - Que NO haya desarrollo de síntomas Y
 - Que se siga Monitoreo de Síntomas, al menos 2 veces al día, todos los días hasta el día 14 a partir de la última fecha de contacto cercano Y
 - Que se use una mascarilla todo el tiempo mientras se está fuera de casa, hasta el día 14 a partir de la fecha de último contacto.
 - Que se haya recibido un resultado negativo a la prueba de COVID-19 de la persona en cuarentena y que la muestra de dicho resultado haya sido recolectada no antes de 5 días a partir del último contacto. La prueba realizada puede ser ya sea molecular (PCR) o de antígeno, pero no podrá ser prueba de anticuerpos.
 Esta estrategia representa un riesgo de transmisión residual de 5-12%.
- En caso de que se desarrolle **aunque sea un solo síntoma** durante los 14 días después de la fecha de último contacto, la persona en cuarentena deberá aislarse en casa inmediatamente, procurar hacerse la prueba y continuar en aislamiento mientras espera resultados. Si la prueba para COVID-19 es positiva, la persona entonces comienza su estado de aislamiento.