



ARCHIVOS
DE INVESTIGACIÓN
PEDIÁTRICA
DE MÉXICO

Aislamiento en COVID-19.

Isolation in COVID-19.

Pérez-Gaxiola Giordano.

Autor Correspondiente:
Dr. Giordano Pérez Gaxiola.
correo electrónico: @giordanopg

RESUMEN

Introducción: El tiempo de aislamiento para una persona que tiene COVID-19 es un tema de debate. La variante Ómicron, la más contagiosa hasta el momento, ha afectado a un número tan alto de personas que el ausentismo está teniendo repercusiones mayores. **Objetivo:** Conocer los días de aislamiento recomendados según el país, el estado, la ciudad y/o el lugar de trabajo. **Discusión y Conclusiones:** La razón principal de tantas diferencias en el tiempo de aislamiento es la economía. El ausentismo, las condiciones laborales y la disponibilidad de pruebas en las distintas regiones hacen que los organismos tomen decisiones considerando la probabilidad de que vuelva a trabajar una persona que aún pudiera contagiar en determinado día, con o sin prueba. Las estrategias de 10 días de aislamiento sin necesidad de prueba o de 7 días con prueba de antígeno (muestra nasal) negativa al séptimo día parecen prudentes. Pero a la mayoría no nos quedará otra que obedecer las «reglas de la casa» de nuestro trabajo y continuar las medidas preventivas más eficaces como el uso estricto de cubrebocas, evitar aglomeraciones y la ventilación de lugares cerrados.

PALABRAS CLAVE: Aislamiento, COVID-19, recomendaciones

ABSTRACT

Introduction: The time of isolation for a person who has COVID-19 is a topic of debate. The Omicron variant, the most contagious to date, has affected such a high number of people that absenteeism is having a greater impact. **Objective:** Know the recommended days of isolation according to the country, state, city and/or workplace. **Discussion and Conclusions:** The main reason for so many differences in the isolation time is the

economy. Absenteeism, working conditions and the availability of tests in the different regions make agencies take decisions considering the probability that a person who could still be contagious on a given day will return to work, with or without testing. Strategies of 10 days of isolation without the need for testing or 7 days with a negative antigen test (nasal swab) on day 7 seem prudent. But most of us will have no choice but to obey the "house rules" of our work and continue the most effective preventive measures such as the strict use of face masks, avoiding crowds and ventilation of closed places.

KEY WORDS: Isolation, COVID-19, recommendations

INTRODUCCIÓN

El tiempo de aislamiento para una persona que tiene covid-19 es un tema de debate. La variante Ómicron, la más contagiosa hasta el momento, ha afectado a un número tan alto de personas que el ausentismo está teniendo repercusiones mayores. Es por eso que los días recomendados varían según el país, el estado, la ciudad y/o el lugar de trabajo.

Diferencias en las recomendaciones

A continuación están algunos ejemplos. Todos los ejemplos se refieren a personas que tienen un cuadro de covid-19 leve-moderado que van mejorando o a personas sin síntomas que tuvieron una prueba positiva. Ninguno de los lineamientos aplica para personas con

enfermedad grave, para personas que van empeorando, para pacientes inmunodeprimidos o para los contactos.

Estados Unidos

Los CDC de Estados Unidos actualizaron sus recomendaciones el pasado 20 de enero, 2022. En resumen, ellos recomiendan 5 días de aislamiento, una prueba en el día 5 y, si sale negativa, concluir el aislamiento pero seguir con precauciones por otros 5 días. Esto, con algunas diferencias dependiendo de si tienes vacuna o si tienes síntomas. Además, dan recomendaciones similares para los contactos del positivo. A los días de resguardo que tiene que llevar el contacto se le llama cuarentena y a los que lleva el contagiado se le llama aislamiento.¹

SI Estuvo expuesto al COVID-19 y NO tiene el esquema de vacunación contra el COVID-19 al día	Cuarentena de al menos 5 días Quédese en casa Quédese en casa en cuarentena por al menos 5 días completos. Use una mascarilla bien ajustada si debe estar en contacto con otras personas de su hogar. No viaje. Hágase una prueba de detección Incluso si no presenta síntomas, hágase una prueba de detección al menos 5 días después de su último contacto cercano con una persona con COVID-19.	Después de la cuarentena Esté atento a los síntomas Esté atento a los síntomas hasta que hayan transcurrido 10 días desde su último contacto cercano con una persona con COVID-19. Evite los viajes It is best to avoid travel until a full 10 days after you last had close contact with someone with COVID-19. Si presenta síntomas Aíslese inmediatamente y hágase una prueba de detección. Siga quedándose en su casa hasta conocer los resultados. Use una mascarilla bien ajustada cuando está con otras personas.	Tome precauciones hasta el día 10 Use mascarilla Use una mascarilla bien ajustada por 10 días completos cuando está con otras personas en espacios cerrados, en casa o en lugares públicos. No vaya a lugares donde no puede usar una mascarilla. If you must travel during days 6-10, take precautions. Evite el contacto con personas de alto riesgo
	Sin cuarentena No es necesario que se quede en casa, excepto que presente síntomas. Hágase una prueba de detección Incluso si no presenta síntomas, hágase una prueba de detección al menos 5 días después de su último contacto cercano con una persona con COVID-19.	Esté atento a los síntomas Esté atento a los síntomas hasta que hayan transcurrido 10 días desde su último contacto cercano con una persona con COVID-19. Si presenta síntomas Aíslese inmediatamente y hágase una prueba de detección. Siga quedándose en su casa hasta conocer los resultados. Use una mascarilla bien ajustada cuando está con otras personas.	Tome precauciones hasta el día 10 Use mascarilla Use una mascarilla bien ajustada por 10 días completos cuando está con otras personas en espacios cerrados, en casa o en lugares públicos. No vaya a lugares donde no puede usar una mascarilla. Take precautions if traveling Evite el contacto con personas de alto riesgo

Esta imagen es sólo una sección de la complicada tabla de los CDC de EEUU.

Reino Unido

Para Inglaterra y el resto del Reino Unido, se dan recomendaciones actualizadas al 17 de enero, 2022, con dos estrategias posibles:

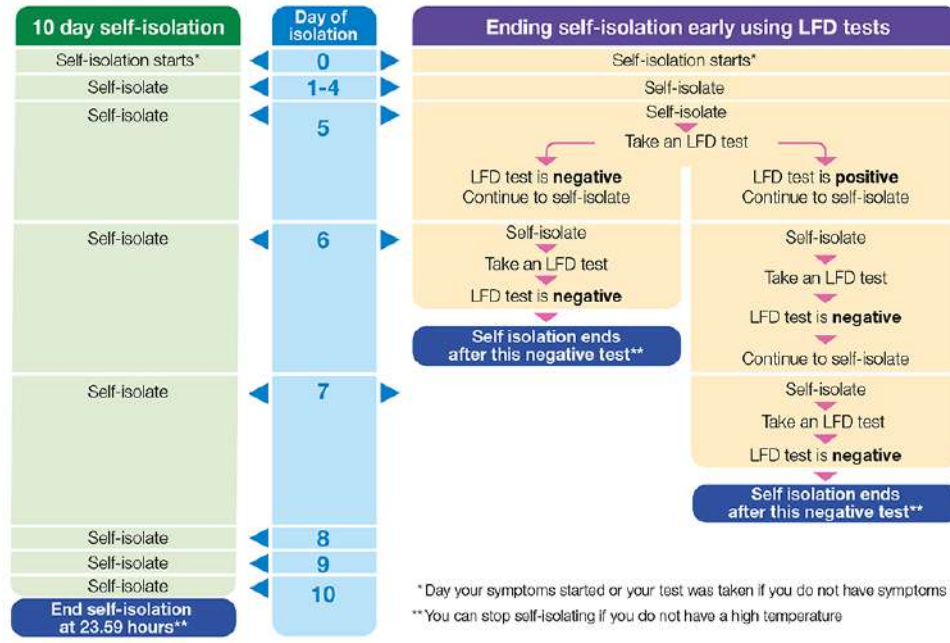
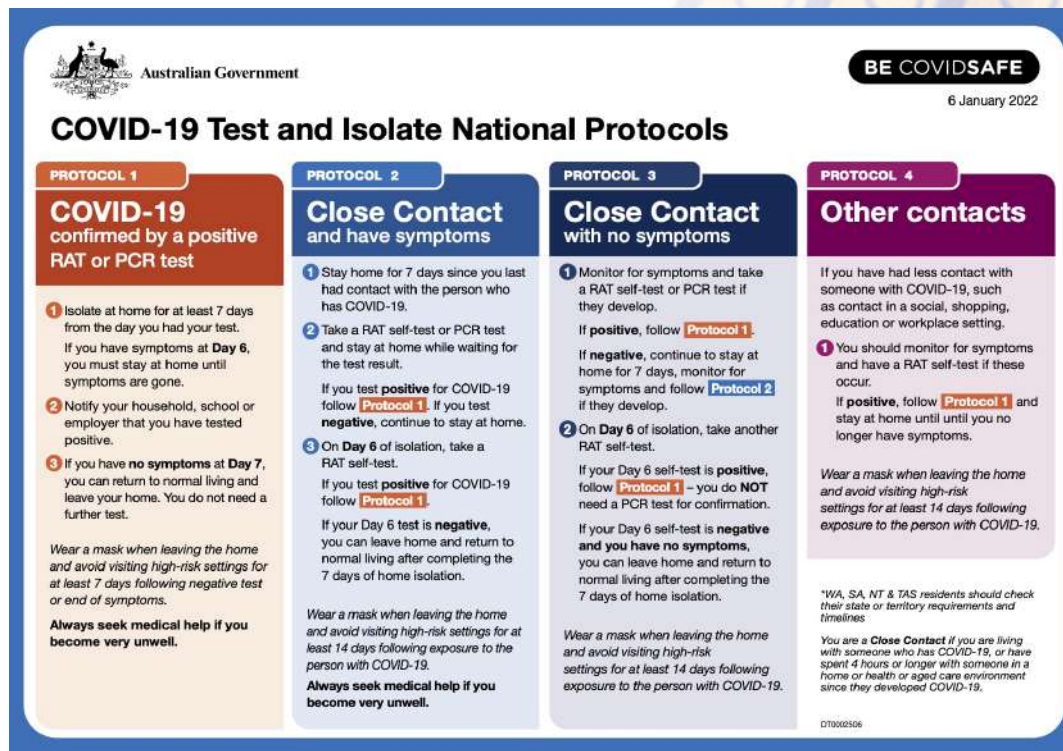


Imagen ilustrando las dos estrategias de aislamiento en el Reino Unido.

Australia

Las recomendaciones australianas, actualizadas al 6 de enero, 2022, mencionan que deben ser 7 días de aislamiento, sin realizar otra prueba.³



Recomendaciones australianas de aislamiento y cuarentena

- 10 días completos de aislamiento sin necesidad de realizar una prueba posterior.
- A partir del día 5, realizar pruebas rápidas de antígeno (con muestra nasal) diarias hasta tener dos pruebas negativas en días consecutivos.²

Chile

En Chile se actualizaron las directrices el 17 de enero, 2022, y se recomienda que la persona esté 10 días en aislamiento sin realizar prueba la final.⁴

PERÍODO DE AISLAMIENTO

Cuando el caso es asintomático, sintomático leve o moderado SIN INMUNOCOMPROMISO

Asintomático, sintomático leve o moderado: caso sin inmunocompromiso que no requiere hospitalización, manejado en domicilio o en residencia sanitaria.

El aislamiento termina cuando existe al menos 3 días sin fiebre, asociada a una mejoría clínica de otros síntomas y han transcurrido 10 días desde la aparición de los síntomas. En casos asintomáticos, 10 días desde la fecha de toma de muestra.

Recomendación de aislamiento en Chile.

DISCUSIÓN

México

Finalmente, un ejemplo en México, del 11 de enero, 2022, dicta que el periodo de aislamiento para los trabajadores será de 6 días, sin realizarse otra prueba.

¿Por qué tantas diferencias?

La razón principal: la economía.

El ausentismo, las condiciones laborales y la disponibilidad de pruebas en las distintas regiones

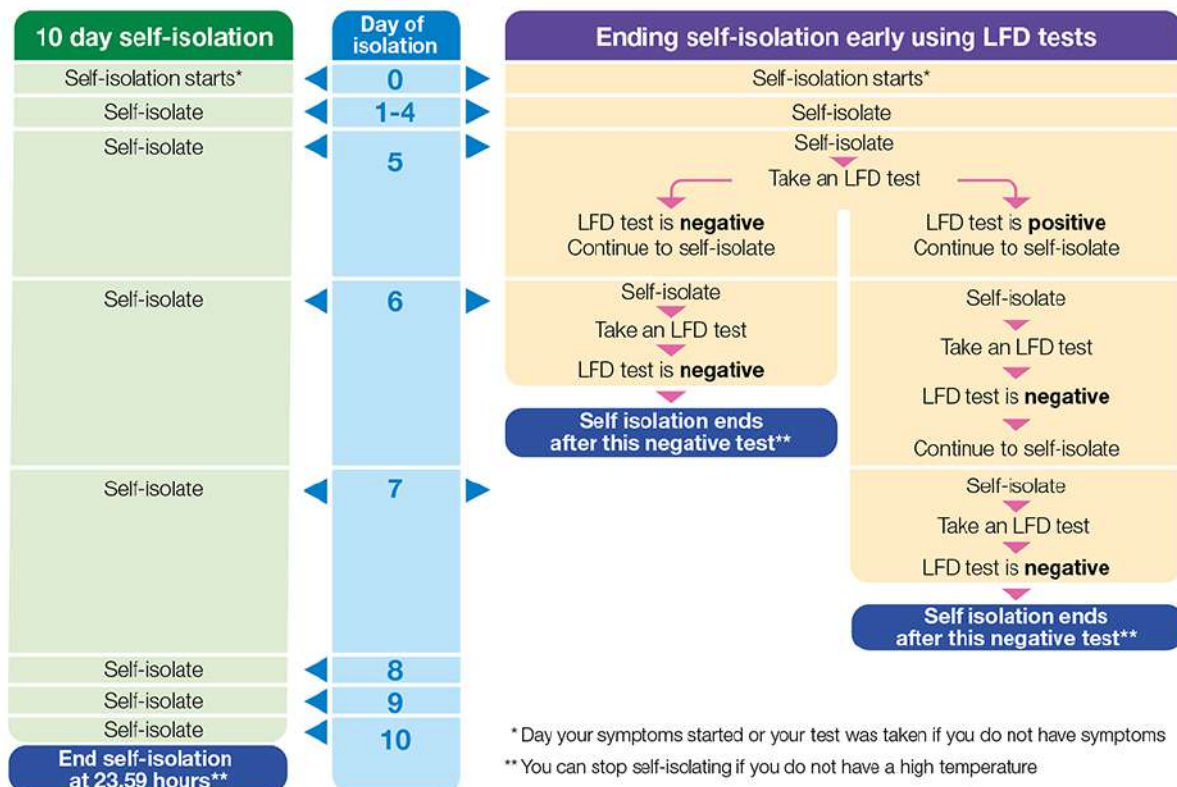
Por medio del presente y de la manera más atenta, se les informa que el periodo autorizado como resguardo, después de la prueba positiva de COVID será de 6 días.

Ejemplo local en México.

hacen que los organismos tomen decisiones considerando la probabilidad de que vuelva a trabajar una persona que aún pudiera contagiar en determinado día, con o sin prueba.

Un estudio del Reino Unido desglosa la probabilidad de ser contagioso dependiendo del día y de si tiene prueba rápida

negativa o no. Al día 5, más del 30% de las personas aún serían contagiosas. Este porcentaje se reduce a la mitad al día 7, y aún más al día 10. Y si se agregan las estrategias de pruebas diarias en días consecutivos se puede disminuir aún más.⁵



Al 5o. día, el 31.4% de las personas podrían seguir contagiando.

En otro estudio, realizado en Japón, se encontró que entre el día 7 y 9 aún quedaban un par de muestras que contenían virus viable (y contagiable) y a partir del día

10 ya no. Este estudio fue realizado con muestras de pacientes con la variante Ómicron.⁶

Table. Viral RNA positive or virus isolation positive respiratory samples obtained from Omicron cases

(A) Number and percentage of viral RNA positive or virus isolation positive samples by days since diagnosis

Days since diagnosis	Number and percentage of viral RNA positive samples n (%)	Number and percentage of virus isolation positive samples n (%)	Number and percentage of virus isolation positive in viral RNA positive samples n (%)
0 ~ 2 days	20/21 (95.2)	2/21 (9.5)	2/20 (10.0)
3 ~ 6 days	14/17 (82.4)	7/17 (41.2)	7/14 (50.0)
7 ~ 9 days	17/18 (94.4)	<u>2/18 (11.1)</u>	2/17 (11.8)
10 ~ 13 days	4/15 (26.7)	0/15 (0)	0/4 (0)
After 14 days	5/12 (41.7)	0/12 (0)	0/5 (0)

A partir del día 10 ya no se encontraron muestras con virus viable.

CONCLUSIÓN

¿Qué hacer?

Las estrategias de 10 días de aislamiento sin necesidad de prueba o de 7 días con prueba de antígeno (muestra nasal) negativa al séptimo día parecen prudentes. Pero a la mayoría no nos quedará otra que obedecer las «reglas de la casa» de nuestro trabajo. Así que no debemos olvidar que entre más corto el aislamiento, mayor es la probabilidad de seguir contagiando. Por lo tanto, se deben continuar las medidas preventivas más eficaces como el uso estricto de cubrebocas, evitar aglomeraciones y la ventilación de lugares cerrados.

niid.go.jp/niid/en/2019-ncov-e/10884-covid19-66-en.html

REFERENCIAS

1. Centers for Disease Control and Prevention. (n.d.). Cuarentena y aislamiento por el covid-19. Centers for Disease Control and Prevention. Retrieved January 28, 2022, from <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/your-health/quarantine-isolation.html>
2. Stay at home: Guidance for households with possible or confirmed coronavirus (COVID-19) infection. GOV.UK. (n.d.). Retrieved January 28, 2022, from <https://www.gov.uk/government/publications/covid-19-stay-at-home-guidance/stay-at-home-guidance-for-households-with-possible-coronavirus-covid-19-infection>
3. Australian Government Department of Health. (2022, January 7). Updated covid-19 test and isolate national protocols. Australian Government Department of Health. Retrieved January 28, 2022, from <https://www.health.gov.au/news/updated-covid-19-test-and-isolate-national-protocols>
4. Ministerio de Salud de Chile. (n.d.). Tipos de Caso y contacto covid19. Salud Responde. Retrieved January 28, 2022, from <https://saludresponde.minsal.cl/tipos-de-caso-y-contacto-covid19/>
5. Bays et al. Mitigating isolation: The use of rapid antigen testing to reduce the impact of self-isolation periods. 2021. Pre-print. Accessed <https://www.medrxiv.org/content/10.1101/2021.12.23.21268326v1>
6. National Institute of Infectious Diseases, Japan. (n.d.). Active epidemiological investigation on SARS-COV-2 infection caused by Omicron variant (pango lineage B.1.1.529) in Japan: Preliminary report on infectious period. Retrieved January 28, 2022, from <https://www.>

