

MICHELLE LUJAN GRISHAM
GOVERNOR



BILLY J. JIMENEZ
ACTING CABINET SECRETARY

POLÍTICAS PARA LA PREVENCIÓN Y CONTROL DE COVID-19 EN NUEVO MÉXICO

23 de octubre de 2020

Observe: Estas políticas están basadas en la mejor información científica disponible hasta la fecha descrita. Las políticas serán actualizadas a medida que estén disponibles.

EPIDEMIOLOGY AND RESPONSE

1190 St. Francis Drive, N1320 • Santa Fe, New Mexico • 87502-6110
(505) 827-0006 • FAX: (505) 827-2110 • www.nmhealth.org



TRASFONDO Y PROPÓSITO

El Departamento de Salud de Nuevo México está comprometido con la salud y seguridad de sus residentes durante la pandemia por COVID-19. El propósito de este documento es ofrecer las guías más actualizadas para el público, proveedores del cuidado de la salud, y empleadores quienes puedan estar envueltos en una investigación de salud pública por COVID-19 o tener preguntas generales acerca de qué hacer si ellos o cualquiera que conozcan dan positivo para COVID-19 o pueden haber sido expuestos a alguien con COVID-19.

Los expertos de los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) y otros centros de investigación científica están aprendiendo más acerca de COVID-19 cada día. Mucho permanece desconocido. Las políticas contenidas en esta guía están basadas en la mejor información científica disponible hasta la fecha que aparece en la primera página de este documento. Estas políticas serán actualizadas a medida que estén disponibles. Este documento también será actualizado a la vez que las Órdenes Ejecutivas y de Salud Pública cambian durante la actual emergencia a la salud pública.

Las guías en este documento reflejan las recomendaciones de los epidemiólogos del Departamento de Salud de Nuevo México basados en las guías CDC, evidencia científica, la experiencia actualizada de Nuevo México ante esta enfermedad y un alcance cuidadoso que reconoce que todavía hay un conocimiento limitado sobre este virus, cómo se propaga, y quiénes son vulnerables a enfermedades y daños significativos. Estas guías están diseñadas para ayudar al estado a contener COVID-19 hasta aquel momento en el que tengamos una vacuna ampliamente administrada que evite la propagación de COVID-19 entre nuestros residentes.

Índice

INTRODUCCIÓN	1
SECCIÓN I: ¿QUÉ ES COVID-19 Y CÓMO PODEMOS DETENER SU PROPAGACIÓN? .2	
¿Qué es COVID-19?	2
¿Cómo le Da a la Gente COVID-19?	2
¿Cómo Evitamos la Propagación de COVID-19?	3
¿Cuándo y Qué Tipos de Coberturas Faciales Debe Usar el Público?.....	3
Mascarilla o Cobertura Facial de Tela en Público.....	3
Mascarilla o Cobertura Facial de Tela para los Comercios.....	4
NMDOH No Recomienda el Uso de Caretas como Sustituto de Mascarillas	4
NMDOH No Recomienda el Uso de Mascarillas con Válvulas o Ventilación	4
¿Cuáles son las Prioridades de Pruebas para COVID-19 en Nuevo México?	4
SECCIÓN II: AUTOAISLAMIENTO Y AUTO CUARENTENA	5
¿Cuál es la Diferencia entre Autoaislamiento y Auto Cuarentena?	5
Período de Cuarentena de 14 días Debido a COVID-19	6
Cuarentena si Usted ha Viajado a Nuevo México de Otro Estado.....	6
Cuarentena si Usted Tuvo Contacto Cercano con Alguien que Dio Positivo	7
¿Qué Significa Tener "Contacto Cercano" con Alguien en su "Período Infeccioso"?	8
¿Cuándo Deben Hacerse la Prueba los Contactos Cercanos?	9
¿Por qué Alguien se Puede Recuperar de COVID-19 en 12 Días, Pero Alguien Quien Haya Sido Expuesto a COVID-19 Tiene que Hacer Cuarentena por 14 Días?	9
SECCIÓN III: ¿CUÁNDO SE RECUPERA ALGUIEN DE COVID-19 Y DETIENE EL AUTOAISLAMIENTO?	9
Finalizando el Autoaislamiento Si Usted Tuvo Síntomas de COVID-19	10
Finalizando el Autoaislamiento Si Usted Nunca Tuvo Ninguno de los Síntomas de COVID-19	10
SECCIÓN IV: COVID-19 EN EL LUGAR DE TRABAJO - RESPUESTA RÁPIDA, AISLAMIENTO, CUARENTENA Y DE VUELTA AL TRABAJO	10
Respuesta Rápida: Protocolos para los Comercios Cuando un Caso Positivo es Identificado	11
Cuarentena: Contacto Cercano con un Caso Confirmado de COVID-19 en un Comercio Esencial	11
Cuarentena: Contacto Cercano con un Caso Confirmado de COVID-19 en un Comercio No Esencial.....	12
Cuarentena: Contacto Cercano con un Caso Confirmado de COVID-19 por Personal del Cuidado de la Salud en un Lugar de Atención Médica	12
Cuarentena: Exposición de COVID-19 en Laboratorio.....	13

SECCIÓN V: GUÍAS ADICIONALES PARA LOS PROVEEDORES DEL CUIDADO DE LA SALUD, PERSONAL NMDOH, INVESTIGADORES DE CASO Y RASTREADORES DE CONTACTO	13
Identificando los Contactos de un Caso Confirmado de COVID-19	13
Determinando las Exposiciones Posibles Como Una Fuente de Infección para un Caso Confirmado de COVID-19	13
Casos de COVID-19 Recuperados y Contacto Cercano	13
Determinando la Recuperación Cuando No se Puede Contactar un Caso para Confirmar la Recuperación.....	14
Asociando los Resultados con los Síntomas.....	14
La Posibilidad de Reinfeción	15
Si un Caso Confirmado de COVID-19 Da Positivo Durante o Después del Período de Aislamiento	15
Pruebas de Diagnóstico Serológicas para COVID-19.....	15
SECCIÓN VI: ÓRDENES DE SALUD PÚBLICA, REUNIONES DE MASAS, COMERCIOS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS	16
Reuniones de Masas	16
Comercios Esenciales	16
Comercios No Esenciales.....	17
Establecimientos de Comida y Bebida	17
Barras.....	19
Lugares de Adoración.....	19
Comercios de Contacto Cercano	19
Facilidades Recreativas de Contacto Cercano.....	19
Facilidades Recreativas al Aire Libre	20
Centros Comerciales	21
Auto Cines	21
Lugares de Alojamiento	21
Facilidades de Albergue y Cuidado para Animales	21
Suministros del Cuidado de la Salud y Otros Bienes Necesarios	22
Instituciones Educativas Públicas	22
APÉNDICE A: DEFINICIONES	23

INTRODUCCIÓN

Esta guía expone las políticas del Departamento de Salud de Nuevo México para COVID-19 hasta que haya una vacuna administrada ampliamente a través del estado y de los Estados Unidos que evite la propagación de COVID-19. Esta guía ofrece una descripción básica de las políticas de contención clave. Recursos técnicos adicionales aparecen los Apéndices, para los proveedores del cuidado de la salud, empleados NMDOH (incluyendo los investigadores de caso y rastreadores de contacto), comercios y otros, responsables de la protección contra la propagación de COVID-19 en sus agencias o instituciones. En adición, el Estado de Nuevo México publicó [Todos Juntos Nuevo México](#), una guía para los individuos y comercios sobre Prácticas Seguras COVID. Dicha guía es un recurso adicional importante, especialmente para los empleadores, y - como estas políticas COVID-19 contenidas - serán actualizadas cuando sea necesario.

La **Sección I** de esta guía explica lo que COVID-19 es, cómo se propaga y cómo podemos hacer lo mejor para evitar su propagación. También ofrece información acerca de los diferentes tipos de mascarillas y las prioridades de pruebas NMDOH.

La **Sección II** explica las políticas relacionadas con el autoaislamiento (para aquellos con COVID-19) y cuarentena (para aquellos quienes han sido expuestos a COVID-19 y están en riesgo de desarrollar y propagar la enfermedad).

La **Sección III** describe cuándo una persona es considerada recuperada de COVID-19 y si puede finalizar el aislamiento.

La **Sección IV** aborda los ambientes de trabajo, incluyendo las políticas de respuesta rápida, cuarentena, y aislamiento, y el retorno al trabajo cuando hay un caso positivo en el lugar de trabajo.

La **Sección V** ofrece algunas guías técnicas adicionales para los proveedores del cuidado de la salud, personal NMDOH, investigadores de caso y rastreadores de contacto.

La **Sección VI** resume las reglas reflejadas en las órdenes de salud pública.

El **Apéndice A** contiene un grupo completo de definiciones de términos utilizados en esta guía.

SECCIÓN I:

¿QUÉ ES COVID-19 Y CÓMO PODEMOS DETENER SU PROPAGACIÓN?

¿Qué es COVID-19?

COVID-19 es una enfermedad altamente infecciosa y de propagación rápida causada por una nueva forma de coronavirus que fue identificada a finales de 2019. El nombre oficial de este novel coronavirus es SARS-CoV-2, pero porque COVID-19 es omnipresente en el discurso público, queremos evitar confusiones. Para propósitos de este documento, hemos utilizado el término COVID-19 para indicar tanto el virus como la enfermedad.

Actualmente no hay vacuna que pueda proteger contra COVID-19. Los síntomas y sus efectos pueden ir desde leves hasta severos y en ciertos casos resultar en complicaciones de salud extremas y la muerte. Los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) han identificado numerosos síntomas asociados con COVID-19 y periódicamente actualizan el [listado de síntomas](#). Los casos positivos de COVID-19 han sido - y continuarán siendo - identificados en las comunidades por todo Nuevo México.

¿Cómo le Da a la Gente COVID-19?

Todavía estamos conociendo acerca de cómo el virus se propaga y la severidad de enfermedad que causa. De acuerdo con CDC, se cree que COVID-19 [se propaga principalmente de persona a persona](#).

- Entre personas que están en contacto cercano con otras personas (dentro de 6 pies).
- Por medio de gotitas respiratorias producidas cuando una persona infectada tose, estornuda, o habla.
- Estas gotitas pueden aterrizar en las bocas y narices de personas cercanas o posiblemente inhaladas hacia los pulmones.

[CDC reporta](#) que los estudios indican que COVID-19 puede ser propagado por personas que no muestran síntomas. Esto incluye personas quienes son presintomáticas (ellas todavía no han desarrollado síntomas) y aquellos que son asintomáticos (que nunca desarrollaron síntomas de COVID-19) La investigación de información de casos en Nuevo México sugieren que la propagación presintomática y asintomática es común. Esto hace mucho más difícil el evitar la propagación de COVID-19 porque las personas puede que no sepan que tienen la enfermedad y pueden propagarlo a otros sin saberlo y con mayor facilidad.

¿Cómo Evitamos la Propagación de COVID-19?

Al igual que con muchas enfermedades, la mejor forma de protegerse contra COVID-19 es evitando la exposición al virus que causa COVID-19. Esto requiere tomar ciertos pasos para protegerse y proteger a otros.

- Lave sus manos a menudo y evite tocarse los ojos, nariz, y boca con las manos sin lavar.
- Cúbrase la boca cuando tosa y estornude.
- Permanezca en casa excepto para propósitos esenciales y/o para buscar cuidado médico.
- Permanezca en casa si está enfermo y evite el contacto cercano con otras personas cuando esté enfermo.
- Practique el distanciamiento social estando al menos a 6 pies de distancia entre usted y otras personas.
- Use una mascarilla o cobertura facial de tela. En Nuevo México, es requerido que todos usen una cobertura facial cuando estén en público, excepto al tomar, comer, o bajo instrucciones médicas. Nuevo México requiere ahora que todas las personas usen una mascarilla cuando se ejerciten al aire libre o en espacios cerrados. Las mascarillas y coberturas faciales de tela pueden prevenir que la gente que no saben que tienen el virus se los puedan transmitir a otros. El usar una mascarilla es un signo de respeto hacia las otras personas y demuestra su deseo de no ser una fuente de infección para ellos, al igual que ellos protegiéndole a usted.
- Limpie y desinfecte frecuentemente las superficies que más toca.

Ya que COVID-19 es tan contagioso y se puede propagar por las personas quienes no tienen ningún síntoma aparente, las personas que han dado positivo para COVID-19 y las personas quienes han tenido contacto cercano con alguien que ha dado positivo para COVID-19 se deben separar de otras personas. La Sección II de esta guía describe las políticas alrededor de la separación física y explican la diferencia entre "aislamiento" y "cuarentena."

¿Cuándo y Qué Tipo de Mascarilla el Público Debe Utilizar?

El uso extendido de mascarillas que cubran tanto la boca como la nariz han demostrado la reducción de la propagación de COVID-19. Se les requiere a los nuevomexicanos a que usen mascarillas durante la emergencia a la salud pública.

Mascarilla o Cobertura Facial de Tela en Público

A menos que un proveedor del cuidado de la salud diga lo contrario, todos los individuos deben usar una mascarilla o cobertura de tela de múltiples capas en lugares públicos, excepto cuando estén comiendo, bebiendo o nadando. La mascarilla o cubierta facial de tela debe cubrir la nariz y la boca.

Una mascarilla o cobertura facial de tela tiene que ser usada también mientras hace ejercicios. Este requerimiento incluye ejercitándose en gimnasios bajo techo, clases de

ejercicios y centros de aptitud física.

El incumplimiento por un individuo puede resultar en una citación y/o multa.

Mascarilla o Cobertura Facial de Tela en Público para los Comercios

Un comercio no puede permitir a personas que no están usando una mascarilla o cobertura facial para entrar en los predios, excepto cuando la persona está en posesión de una excepción escrita por un proveedor del cuidado de la salud. Este requerimiento incluye gimnasios bajo techo, clases de ejercicios y centros de aptitud física. La mascarilla o cubierta facial de tela debe cubrir la nariz y la boca.

El incumplimiento por un individuo puede resultar en una citación y/o multa.

NMDOH No Recomienda el Uso de Caretas Faciales como un Sustituto para Mascarillas Faciales

El propósito de una mascarilla o cobertura facial de tela es reducir la propagación de gotitas infecciosas por la persona usando la mascarilla.

El propósito de una mascarilla facial es proteger al que lo uso de salpicaduras y aerosoles por parte de otros, principalmente para proteger los ojos. Es desconocido si las caretas faciales protegen a otros si la persona que la está usando es infecciosa. Las gotitas respiratorias expulsadas cuando alguien tose, estornuda o habla pueden ser dispersadas a través de la parte inferior y lados de la careta. [CDC](#) y ***NMDOH no recomienda el uso de caretas para las actividades normales diarias o como un sustituto de mascarillas.***

NMDOH No Recomienda Mascarillas Faciales con Válvulas o Ventilaciones

Algunas mascarillas con válvulas o ventilaciones permiten que el aire expulsado a través de un hueco en el material, lo cual puede resultar en gotitas respiratorias alcanzando a otras personas. Este tipo de mascarilla no evita que la persona usando la mascarilla pueda transmitir COVID-19 a otros. **Por esa razón, [CDC](#) y NMDOH no recomienda el uso de mascarillas con una válvula o ventilación para evitar la propagación de COVID-19.** Estos tipos de mascarillas están comercialmente disponibles, pero no evitan que la persona que la usa de propagar el virus.

¿Cuáles son las Prioridades de Pruebas para COVID-19 en Nuevo México?

En estos momentos, NMDOH no recomienda el uso de pruebas de anticuerpos para determinar si alguien está infectado o si alguien está protegido de infectarse con COVID-19. En vez, la prueba de diagnóstico debe utilizarse para determinar si alguien tiene el virus ***al momento que el espécimen es recolectado.*** NMDOH les exhorta a los siguientes grupos a que obtengan dichas pruebas:

- Personas sintomáticas mostrando los síntomas de COVID-19 como tos, fiebre, dificultad para respirar, escalofríos, temblores repetidos con escalofríos, dolor muscular, dolor de cabeza, dolor de garganta, y/o pérdida del gusto u olfato;
- Las personas asintomáticas quienes están en contacto con miembros en hogares de residentes de Nuevo México quienes han dado positivo a coronavirus y están en el período infeccioso
- Personas asintomáticas quienes viven o trabajan en lugares congregados de alto riesgo tales como facilidades del cuidado a largo plazo, centros de detención y facilidades de corrección
- Pacientes quienes van a tener cirugías y quienes sus proveedores le han advertido que se hagan las pruebas antes del procedimiento.

Las pruebas asociadas con respuesta rápida a la exposición de COVID-19 en las facilidades y lugares de trabajo por el Gobierno Estatal de Nuevo México pueden ser más amplias que las prioridades de pruebas anteriores. En adición, el estado tiene un plan comprensivo para asegurar que las poblaciones vulnerables tienen acceso mejorado a las pruebas. Un listado de los lugares abiertos para pruebas puede ser encontrado a diario en el [sitio web NMDOH Coronavirus](#).

SECCIÓN II:

AUTOAISLAMIENTO Y AUTO CUARENTENA

Los términos "autoaislamiento" o "auto cuarentena" se refieren a la separación física voluntaria de una persona o grupo de personas en una residencia u otro lugar de alojamiento. ***Cualquier persona quien está en auto cuarentena o autoaislamiento*** pueden salir de sus hogares solamente o su lugar de alojamiento para recibir atención médica y no deben permitir a otros en su residencia o lugar de alojamiento excepto aquellos ofreciendo atención médica, respuesta a emergencia, u otros individuos designados por el Departamento de Salud de Nuevo México.

¿Cuál es la Diferencia entre Autoaislamiento y Auto Cuarentena?

Tanto el aislamiento como la cuarentena son términos de salud pública que se refieren a alguien siendo separado físicamente de otras personas para evitar la propagación de una enfermedad contagiosa.

- ***Aislamiento*** si usted está enfermo o da positivo para COVID-19
- ***Cuarentena*** si usted está en riesgo por haber sido expuesto o tuvo contacto cercano con alguien con COVID-19

El aislamiento separa a las personas enfermas con una enfermedad contagiosa - y, en el caso de COVID-19, a aquellos sin síntomas quienes han dado positivo para COVID-19 - de las personas que no están enfermas. Estas personas necesitan aislarse a sí mismas, aún de las otras personas en su

propio hogar. **Las personas con COVID-19 tienen un riesgo más alto de propagar la enfermedad a otros y tienen que ser estrictos con su higiene y separación de otros.** Si usted da positivo para COVID-19, su proveedor del cuidado de la salud o alguien de NMDOH le pedirá que haga autoaislamiento hasta que se recupere de la enfermedad (recuperación se explica a continuación). Autoaislamiento significa que una persona hace aislamiento voluntariamente.

La cuarentena separa y restringe el movimiento de las personas quienes fueron expuestas a una enfermedad contagiosa para monitorear si ellas se enferman. Estas personas pueden haber sido expuestas a una enfermedad y no lo saben o han tenido la enfermedad, pero no mostraron síntomas. **Si usted vino de otro estado a Nuevo México, viven con alguien que dio positivo para COVID-19 o tuvo contacto cercano con alguien con COVID-19 en su trabajo u otro lugar, usted debe hacer auto cuarentena. Auto cuarentena significa que una persona hace cuarentena voluntariamente.**

Período de Cuarentena de 14 Días para COVID-19

Si usted ha sido expuesto a alguien con COVID-19, **hay un período de 14 días durante el cual usted podría infectarse.** Esto a veces es llamado el "período de incubación" para la enfermedad. Los 14 días corren desde la última fecha que usted tuvo contacto con la persona con COVID-19. Es por eso también que la cuarentena en Nuevo México corre por 14 días. Los viajeros pueden cargar el virus a través de las líneas estatales y fronteras internacionales sin saberlo. Los viajeros han traído casos a Nuevo México sin haberlo querido.

Cuarentena si Usted ha Viajado a Nuevo México desde Otro Estado

Todas las personas llegando a Nuevo México desde otro estado con un índice de pruebas positivas mayores a 80 casos por cada 1,000,000 de residentes o pruebas de positividad mayores o igual a 5% en un período promedio de 7 días, o de lugares fuera de los Estados Unidos son obligados a hacer auto cuarentena por un período de por lo menos 14 días, desde la fecha de entrada al estado de Nuevo México o por la duración de su presencia en el Estado, la que sea más corta.

El listado más reciente de estados restringidos puede ser encontrado en la página NMDOH COVID-19 [Restricciones al Distanciamiento Social & Viajes](#).

Las excepciones para la cuarentena obligatoria de 14 días para llegadas de otros estados están delineadas en la [Orden Ejecutiva de Nuevo México 2020-072](#). La Orden Ejecutiva declara:

3. Que todas las personas entrando a Nuevo México de un estado con un índice de positividad menor a 80 casos por cada 1,000,000 de residentes, y un índice de positividad menor a 5% en un período promedio de 7 días, se les advierte a que hagan cuarentena, a pesar de que la cuarentena no es obligatoria. Se les advierte a los residentes de Nuevo México que ellos se deben hacer la prueba para COVID-19 dentro de los 5 a 7 días de su regreso a Nuevo México de alguno de estos estados.

4. Cualquier empleado del estado de Nuevo México que vacacione en otro estado y se le requiere que haga cuarentena cuando regrese, no será elegible para la licencia pagada proporcionada por la Ley de Respuesta al Coronavirus de Families First.

5. La dirección de la Orden a la auto cuarentena no aplica a las personas empleadas por aerolíneas, aquellos haciendo funciones de seguridad pública y salud pública, personal militar y sus dependientes, empleados federales, aquellos empleados por una agencia federal o contratista de defensa nacional, empleados de primera línea, trabajadores del cuidado de la salud, residentes de Nuevo México quienes dejaron el estado para recibir atención médica, residentes de Nuevo México quienes dejaron el estado por menos de veinticuatro horas para atender asuntos de responsabilidad paternal, estudiantes en escuelas intermedia, superior, quienes asisten en estados vecinos o quienes viajan hacia Nuevo México para asistir a la escuela, aquellos llegando al estado debido a una orden judicial, y personas empleadas o contratadas por un "comercio esencial", como definido en la orden de salud pública operativa abordando las restricciones de reuniones de masas y clausuras de comercios, y quienes vienen al estado a conducir actividades comerciales.

Cuarentena Si Usted Tuvo Contacto Cercando con Alguien que Dio Positivo

La cuarentena es requerida si usted tuvo un contacto cercano con alguien quien dio positivo a COVID-19 y el contacto ocurrió durante el período de infección de la persona. La cuarentena ayuda a reducir la propagación de COVID-19 en Nuevo México.

Si usted tiene contacto cercano con un caso confirmado, se le exhorta a que se haga la prueba para COVID-19. La prueba de diagnóstico puede determinar si usted es contagioso y pudo haber propagado la enfermedad a otros, incluyendo a los miembros de su hogar.

Un resultado negativo no finaliza el período de cuarentena. La infección puede ocurrir en cualquier punto durante el período de cuarentena y el período completo de cuarentena debe ser completado.

El último día para la auto cuarentena es de 14 días después de su último contacto con la persona que dio positivo a COVID-19.

Si usted vive con y/o se hace hacer cargo de alguien con un caso confirmado de COVID-19, entonces la auto cuarentena corre por 14 días después de que la persona complete su período infeccioso.

¿Qué Significa el estar en "¿Contacto Cercano" con Alguien con COVID-19, Quien está en su "Período Infeccioso"?

"**Contacto cercano**" significa permanecer 3 minutos o más a una distancia de 6 pies quien se confirma tener COVID-19 cuando la persona estuvo en su período infeccioso. El usar mascarilla o cobertura facial de tela no afecta la definición para contacto cercano.¹

Un "**período infeccioso**" de una enfermedad es el tiempo durante el cual una persona infectada es contagiosa y muy probablemente pueda propagar la enfermedad a otros.

- **Para las personas con síntomas**, el período infeccioso comienza 2 días antes de que la persona experimente los síntomas y se extiende 10 días después del comienzo de los síntomas, siempre que no haya tenido fiebre durante al menos 24 horas sin utilizar medicamentos para reducir la fiebre, y los síntomas hayan desaparecido o mejorado.
 - **Para personas con enfermedad COVID-19 "grave"** - aquellos quienes han sido hospitalizados en una unidad de cuidado intensivo con o sin ventilación mecánica - o personas con inmunosupresión², el período infeccioso se extiende a 20 días después del comienzo de los síntomas.
- **Para las personas que nunca han tenido síntomas**, el período infeccioso comienza 2 días antes de la prueba de espécimen y se extiende 10 días después de la fecha de recolección del espécimen.

El período infeccioso está relacionado de cerca a cuando alguien será considerado "recuperado" de COVID-19 y puede dejar el aislamiento. Esta fecha no coincide con la recuperación total de los síntomas o efectos secundarios de la infección.

Requisitos especiales de cuarentena para los residentes de las facilidades del cuidado a largo plazo.

Debido al alto riesgo de propagación en las facilidades del cuidado a largo plazo (LTCFs) que alberga a algunos de nuestros nuevomexicanos más vulnerables, los siguientes residentes deben hacer cuarentena por 14 días al entrar en contacto con alguien que haya dado positivo a COVID-19:

¹ El contacto con un caso de COVID-19 en un lugar del cuidado de la salud donde el equipo protector personal (PPE) es usado no se considera una exposición a COVID-19. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assesment-hcp.html>

² Inmunosupresión grave incluye estar en quimioterapia debido a cáncer, infección VIH sin tratamiento con cuenta de linfocitos CD4T <200, desorden de inmunodeficiencia primaria combinada, un recibo de prednisona >20 mg/día por más de 14 días. Otros factores, como edad avanzada, diabetes mellitus, o enfermedad renal final, pueden plantear un grado mucho menor de inmunodepresión y no afectar claramente las decisiones sobre la infecciosidad o la duración del aislamiento.

- Residentes admitidos por primera vez
- Residentes readmitidos a una facilidad LTCF, después de haber estado hospitalizado
- Los residentes que dejen la facilidad para recibir servicios rutinarios ambulatorios (tales como diálisis, quimioterapia, etc.)

¿Cuándo Se le Debe Hacer la Prueba a los Contacto Cercanos?

Se les exhorta a los contactos cercanos sin síntomas que se hagan la prueba para COVID-19. En este caso, las pruebas deben ser hechas no antes de 3 días e idealmente de 7-10 días después de la última fecha de haber sido expuesto a alguien quien dio positivo.

Si la prueba es hecha en los contactos cercanos sin síntomas quienes serán liberados de la cuarentena a lugares de alto riesgo (p.ej. población general de una facilidad de correcciones o del cuidado a largo plazo), entonces la prueba debe hacerse idealmente al final del período de cuarentena.

Observe: El hacer la prueba durante el período de cuarentena no finaliza dicho período. El período completo de cuarentena debe ser seguido porque un resultado negativo no significa que el contacto no puede convertirse en infeccioso durante el período de cuarentena.

¿Por qué Alguien Puede Recobrase de COVID-19 en 12 Días, pero Alguien quien ha sido Expuesto a COVID-19 tiene que hacer Cuarentena por 14 Días?

La razón por la que aislamiento y cuarentena tienen diferentes tiempos requeridos es que hay una diferencia entre cuán *infeccioso* alguien pueda ser y pueda propagar el virus a otros (total de 12 días) y el *período de incubación* - cuánto toma para la enfermedad aparecer después que alguien ha tenido contacto cercano con alguien con COVID-19 (14 días). Esta también es la razón de por qué los investigadores de caso van 14 días hacia atrás desde la fecha que alguien desarrolló síntomas para determinar cómo ellos fueron infectados.

SECCIÓN III

¿CUÁNDO SE RECUPERA ALGUIEN DE COVID-19 Y DETIENE EL AUTOAISLAMIENTO?

Ya que algunas personas con COVID-19 experimentan síntomas y otros no, hay diferentes maneras para determinar cuando alguien se ha recuperado de COVID-19 y no es contagioso.

El *método basado en síntomas* debe ser usado cuando alguien tuvo síntomas de COVID-19, aún si dichos síntomas se desarrollaron después que la persona dio positivo para COVID-19.

El **método basado en tiempo** debe ser usado cuando alguien nunca desarrolló síntomas.

Finalizando el Autoaislamiento si Usted Tuvo Síntomas de COVID-19

Si usted tuvo síntomas, pero no tuvo una enfermedad grave o inmunosupresión grave, usted puede finalizar el autoaislamiento después de:

- Al menos pasado 1 día (24 horas) sin fiebre (y sin haber tomado medicamentos para ello) **y** sus síntomas han mejorado; **Y,**
- Que por lo menos han pasado 10 días *desde que los síntomas aparecieron por primera vez.*

- Si usted tuvo una enfermedad COVID-19 grave - usted fue hospitalizado en una unidad del cuidado intensivo con o sin ventilación mecánica ("enfermedad grave") - o tiene inmunosupresión grave³, usted puede finalizar el autoaislamiento después de:
- Al menos pasado 1 día (24 horas) sin fiebre (y sin haber tomado medicamentos para ello) **y** sus síntomas han mejorado; **Y,**
- Que por lo menos han pasado 20 días *desde que los síntomas aparecieron por primera vez.*

Finalizando el Autoaislamiento si Usted Nunca Tuvo Síntomas de COVID-19

Si usted dio positivo para COVID-19 y **nunca desarrolló** síntomas, usted puede finalizar su autoaislamiento después de **10 días de la fecha de haberse hecho la prueba que dio el resultado positivo.**

Si usted tiene una condición inmune comprometedor grave³ sin síntomas, usted debe esperar por los menos 20 días después de la fecha en que la prueba recolectada dio positiva para entonces finalizar su autoaislamiento.

SECCIÓN IV

COVID-19 EN EL LUGAR DE TRABAJO - RESPUESTA RÁPIDA, AISLAMIENTO, CUARENTENA Y DE VUELTA AL TRABAJO

Algunas personas - y muchos empleadores - han confiado en pruebas negativas para determinar si alguien no es infeccioso y se ha recuperado de COVID-19. ***El método basado en pruebas no es recomendado por CDC o NMDOH.*** Algunos ambientes en alto riesgo de propagación rápida y enfermedad grave, como las facilidades del cuidado a largo plazo y correccionales, podrían implementar requisitos más estrictos para discontinuar el aislamiento, que incluyen pruebas adicionales.

³ Inmunosupresión grave incluye estar en quimioterapia debido a cáncer, infección VIH sin tratamiento con cuenta de linfocitos CD4T <200, desorden de inmunodeficiencia primaria combinada, un recibo de prednisona >20 mg/día por más de 14 días. Otros factores, como edad avanzada, diabetes mellitus, o enfermedad renal final, pueden plantear un grado mucho menor de inmunodepresión y no afectar claramente las decisiones sobre duración del aislamiento.

NMDOH no recomienda que los empleadores y escuelas le requieran a sus empleados o estudiantes que muestren prueba negativa antes que regresar al trabajo o escuela, después de haber dado positivo a COVID-19.

Respuesta Rápida: Protocolos para los Comercios Cuando un Caso Positivo es Identificado

Cuando un caso de COVID-19 es identificado en un lugar de comercio o facilidad de alto riesgo o población, el estado de Nuevo México inicia la "respuesta rápida." A través de este proceso, NMDOH o su designado (otro departamento en el gobierno estatal) le requiere a los comercios y facilidades a que sigan los protocolos apropiados de pruebas y control de infección para asegurar que el COVID-19 está contenido y para limitar el riesgo adicional hacia los empleados, residentes, o el público. Las políticas descritas en este documento forman las bases para estos requisitos; sin embargo, en algunas poblaciones o facilidades, puede que se necesiten adicionales medidas de protección. NDMOH o su designado se asegurará que los comercios y facilidades impactados son notificados de cualquier otro requerimiento.

El Departamento del Medio Ambiente de Nuevo México(NMED) presentó una [enmienda de emergencia](#) el 5 de agosto de 2020 que le requiere a los empleadores a que reporten los casos positivos de COVID-19 en el lugar de trabajo a la Oficina de Salud y Seguridad Ocupacional NMED dentro de cuatro horas de haber sido notificados del caso. Frecuentemente, NMED no sabe de casos positivos hasta después que el empleador es notificado por el empleado positivo, causando un retraso en la liberación de respuesta rápida. El requisito para empleadores de reportar casos positivos de COVID-19 entre sus empleados dentro de las cuatro horas de haber sido notificados le permitirá a NMED responder más rápido y evitar la propagación entre los empleados.

- Email: NMENV-OSHA@state.nm.us
- Teléfono: 505-476-8700
- Fax: 505-476-8734

Cuarentena: Contacto Cercano con un Caso Confirmado de COVID-19 en un Comercio Esencial

Si una persona tiene contacto cercano en el lugar de trabajo considerado como comercio esencial con un caso confirmado de COVID-19 durante el período infeccioso, como está definido por la [orden de salud pública NMDOH](#), la preferencia y mejor práctica es hacer cuarentena por 14 días desde la última exposición con el caso positivo. Un resultado negativo no finaliza el período de cuarentena.

Si un comercio esencial es forzado a cesar operaciones debido a la cuarentena de contactos cercanos, entonces los contactos cercanos del comercio esencial deben ser permitidos regresar a trabajar, siempre y cuando den negativo después de haber sido expuestos y evaluados diariamente de fiebre y síntomas, monitoreados regularmente, usando una mascarilla, y manteniendo por lo menos 6 pies de distancia de otros en el lugar de trabajo. Dichos trabajadores deben mantener completa cuarentena fuera del trabajo durante dicho

período. ***La excepción a la cuarentena en el hogar tiene que ser aprobada por NDMOH u otra autoridad estatal regulatoria.**

*Los comercios tienen que someter un plan completo a NM OSHA y NMDOH para la revisión y aprobación. El plan detallado tiene que implementar guías estrictas para eliminar y/o reducir significativamente el riesgo de infección para todos los empleados. El plan tiene que ser implementado durante el período de cuarentena. Si un contacto cercano identificado al empleado positivo también da positivo, el comercio tiene que cerrar operaciones para revisiones adicionales del plan sometido.

Cuarentena: Contacto Cercano con un Caso Confirmado de COVID-19 en un Comercio No Esencial

Cuando una persona tiene contacto cercano en el lugar de trabajo considerado como un comercio no esencial con un caso confirmado de COVID-19 durante el período infeccioso, esa persona debe hacer cuarentena por 14 días desde la última exposición al caso sin importar un resultado negativo.

Cuarentena: Contacto Cercano con un Caso Confirmado de COVID-19 por Personal del Cuidado de la Salud en un Lugar de Atención Médica

El contacto cercano en un lugar del cuidado de la salud donde el equipo protector personal (PPE) es usado correctamente como precauciones contra las gotitas y/o aerosol, como requeridos para COVID-19, NO es considerado una exposición, y no requieren hacer cuarentena.

En circunstancias donde le contacto cercano ocurre con un caso confirmado de COVID-19 sin haber usado PPE correctamente, y la cuarentena del persona del cuidado de la salud podría resultar en escasez de personal crítico o inhabilidad para mantener los servicios esenciales del cuidado de la salud, se le puede permitir el regreso al trabajo al personal del cuidado de la salud siempre y cuando sean preevaluados diariamente para fiebre y síntomas, y usen una mascarilla en todo momento cuando no se le requiera PPE. Si una entidad del cuidado de la salud determina que le permitirá al personal regresar al trabajo, siguiendo un contacto cercano con un caso confirmado de COVID-19, tienen que notificar a NMDOH cada vez que tomen dicha determinación y ofrecer la fecha del contacto conocido, el tipo de proveedor del cuidado de la salud y cuándo el período de cuarentena terminará. ***Dichos trabajadores deben mantener completa cuarentena fuera del trabajo durante dicho período.***

Según establecido en [la Orden Ejecutiva de Nuevo México 2020-056](#), esta asignación para el personal del cuidado de la salud durante la cuarentena no aplican a vacaciones fuera del estado y de vuelta.

Cuarentena: Exposición de COVID-19 en Laboratorio

Si el personal del laboratorio es expuesto a un espécimen que es positivo para COVID-19 (p.ej. se rompe el frasco que contiene el espécimen positivo), entonces el personal del laboratorio debe ser tratado como contacto cercano.

Si el frasco roto contenía un medio de transporte inactivante o una muestra extraída, no se requiere cuarentena porque el virus está inactivado. Si el frasco roto contenía el virus vivo, entonces el personal de laboratorio tiene que hacer cuarentena por 14 días después de la fecha de exposición.

SECCIÓN V

GUÍAS ADICIONALES PARA LOS PROVEEDORES DEL CUIDADO DE LA SALUD, PERSONAL NMDOH, INVESTIGADORES DE CASO Y RASTREADORES DE CONTACTO

Identificando los Contactos de un Caso Confirmado de COVID-19

Un listado de contactos cercanos para un caso confirmado de COVID-19 debe ser recolectado y notificado, comenzando a 2 días antes de que comenzara la enfermedad si hubo síntomas o 2 días antes de la fecha de recolección de la prueba positiva si no hubo síntomas hasta 10 días de comienzo de síntomas o 10 días de la recolección del espécimen en los casos asintomáticos.

Determinando Posibles Exposiciones como una Fuente de Infección para un Caso Confirmado de COVID-19

Los investigadores de caso deben identificar posibles exposiciones que pudieron haber sido la fuente de infección para un caso confirmado de COVID-19. Estas exposiciones deben ser determinadas 14 días antes de la fecha del comienzo de los síntomas o 14 días antes de la fecha de recolección de la prueba positiva si hubo síntomas.

Casos de COVID-19 Recuperados y Contacto Cercano

Si un caso de COVID-19 recuperado es identificado como un contacto cercano con otro caso de COVID-19 confirmado dentro de 3 meses de la fecha de comienzo de la enfermedad (si hubo síntomas) o de la fecha de recolección del espécimen (si no hubo síntomas):

- El caso de COVID-19 recuperado no necesita hacer cuarentena o hacerse de nuevo la prueba para SARS- CoV-2 (p.ej. como parte de una investigación de rastreo de

contacto o evaluación del lugar de trabajo).

- Si el caso recuperado se convierte en **sintomático** durante los 3 meses después del comienzo de la enfermedad y una evaluación médica falla identificar un diagnóstico diferente a la infección de COVID-19 (p.ej. influenza), entonces, el caso recuperado puede justificar la evaluación de una reinfección por SARS-CoV-2 por parte de un proveedor de atención médica en consulta con el Departamento de Salud de Nuevo México.

Si un caso de COVID-19 recuperado es identificado como un contacto cercano con otro caso de COVID-19 confirmado 3 meses o más de la fecha de comienzo de la enfermedad (si hubo síntomas o de la fecha de recolección del espécimen (si no hubo síntomas:

- El caso de COVID-19 recuperado tiene que hacer auto cuarentena por 14 días después de la fecha del último contacto con el caso confirmado.

Determinar la Recuperación Cuando un Caso No Puede Ser Contactado para Confirmar la Recuperación

NMDOH trata de verificar la recuperación de cada caso de COVID-19 cuando los mismo cumplen con los criterios de no ser infecciosos y han descontinuado el autoaislamiento. Cuando no es posible verificar directamente con el caso, el siguiente procedimiento será usado para establecer la recuperación.

- Si un caso no es hospitalizado y no se ha recibido un certificado de muerte para el caso dentro de 8 semanas de la fecha del comienzo de los síntomas, si la prueba de recolección del espécimen es sintomática o un resultado positivo a la recolección de espécimen si es asintomático, entonces el caso será considerado como recuperado.

Observe: "Recuperación" es un término de vigilancia de la salud pública que indica que el caso ya no es infeccioso. Puede coincidir o no con la recuperación total de los síntomas o efectos secundarios de la infección.

Asociando los Resultados de las Pruebas con los Síntomas

Si usted tuvo una prueba de recolección de espécimen positiva hecha a 10 días o **antes** de que tuvo síntomas o a 10 días o menos *después* que tuvo los síntomas, el método basado en los síntomas será utilizado para determinar el período infeccioso.

Si sus síntomas comenzaron 10 días o menos antes de la fecha de recolección del espécimen y resultó en una prueba positiva, entonces el método basado en los síntomas determinará el que se descontinúe el aislamiento. Si es posible para la fecha que el resultado de su prueba positiva es reportado, usted ya haya completado su período infeccioso.

Si sus síntomas comenzaron 10 días o menos **después** de la fecha de recolección del espécimen y resultó en una prueba positiva, entonces el método basado en los síntomas determinará su período infeccioso y estará basado en su fecha de comienzo de síntomas. Los contactos cercanos serán determinados desde 2 días antes de la fecha en que comenzaron los síntomas. El aislamiento será extendido a por lo menos 10 días después de la fecha de comienzo de sus síntomas.

La Posibilidad de Reinfeción

La reinfeción por COVID-19 se presume rara, pero no es lo suficientemente entendida en este momento para descartarla.

Otra prueba de diagnóstico molecular positiva para COVID-19 (p.ej. PCR) obtenida a los 3 meses o más después de la fecha de comienzo de la enfermedad será considerada una nueva infección si el caso se recuperó entre los resultados de las pruebas positivas.

Si el caso recuperado se convierte en **sintomático** durante los 3 meses después del comienzo de la enfermedad y una evaluación médica falla identificar un diagnóstico diferente a la infección de COVID-19 (p.ej. influenza), entonces, el caso recuperado puede justificar la evaluación de una reinfeción por COVID-19 por parte de un proveedor de atención médica en consulta con el Departamento de Salud de Nuevo México.

¿Y si un Caso Confirmado de COVID-19 es Positivo Durante o Después del Período de Autoaislamiento?

En ocasiones donde la persona con COVID-19 confirmado vuelve a dar positivo durante o dentro de 3 meses del comienzo de la enfermedad, si tuvo síntomas o la fecha de la recolección de espécimen inicial si no tuvo síntomas, NMDOH recomienda lo siguiente para determinar la finalización del período basado en síntomas o tiempo:

- Si el caso permanece **asintomático** al momento de la nueva prueba positiva, el resultado debe ser interpretado como no infeccioso y no afecta la determinación establecida por el método basado en síntomas o tiempo para finalizar el aislamiento.
- Si el caso se convierte en **sintomático** al momento de la nueva prueba positiva, y una evaluación médica falla en identificar un diagnóstico diferente a COVID-19 (p.ej. influenza, alergias de temporada), entonces la persona debe comenzar de nuevo el método basado en síntomas desde la fecha del comienzo de síntomas para el último resultado positivo y será evaluado por posible reinfeción.

La recuperación de COVID-19 es indicada y el aislamiento es finalizado cuando todas las condiciones de los métodos basados en síntomas o tiempo son cumplidas.

Si las condiciones del método basado en pruebas fueron utilizadas, lo cual ya no se recomienda, entonces el caso será considerado como recuperado.

Pruebas de Diagnóstico Serológicas para COVID-19

Síntomas graves de COVID-19 pueden ser retrasados debido al problema de inflamación que ocurre durante la infección. Si es posible que el desprendimiento del virus pueda ser detenido al momento de las hospitalizaciones y una prueba de diagnóstico molecular será negativa.

- Para un paciente hospitalizado quien presenta síntomas consistentes con COVID-19, pero sin un resultado positivo y la evaluación médica no identifica un diagnóstico alternativo (p.ej. un patógeno respiratorio diferente), un resultado de serología positivo será considerado "sospechoso" y el personal de atención clínica debe ofrecer cuidado como corresponde.
 - NMDOH no considerará a este paciente infeccioso con COVID-19 basado en el resultado negativo de la prueba molecular.
 - Casos "sospechosos" de COVID-19 no están incluidos en el reporte diario de casos de COVID-19 en Nuevo México.

SECCIÓN VI

ÓRDENES DE SALUD PÚBLICA, REUNIONES DE MASAS, COMERCIOS Y ACTIVIDADES RECREATIVAS

Esta sección de la Guía resume las restricciones de las órdenes actuales de salud pública acerca de las reuniones de masas, una variedad de comercios, y varias actividades recreativas durante la emergencia de salud pública. La sección será actualizada cuando la orden de salud pública cambie.

Reuniones de Masas

Todas las reuniones de masas están prohibidas. "Reuniones de masas" significa cualquier reunión pública, reunión privada, evento organizado, ceremonia, parada, deporte de contacto aficionado organizado u otras reuniones que atraigan a diez (5) o más personas juntas en un mismo cuarto o espacio conectado, espacio al aire libre confinado u otro espacio abierto al aire libre. Las paradas en lugares cerrados y al aire libre están prohibidos.

Esto no incluye la presencia más de cinco (5) individuos con los que dichos individuos residen. "Reuniones de masas" no incluye individuos quienes son oficiales públicos o empleados públicos en el curso y alcance de sus empleos.

"Comercios Esenciales"

Los [Comercios Esenciales](#) pueden permanecer abiertos y tienen que cumplir con [Prácticas Seguras](#)

[COVID para todos los Individuos y Empleadores](#), la inclusión de cualquier restricción de ocupación identificada.

Los comercios esenciales identificados como un "espacio de ventas" no pueden exceder 25% de su capacidad máxima en cualquier edificio cerrado, como está determinado por el alguacil de fuegos o departamento de bomberos.

Además, no pueden permitir a personas que no están usando una mascarilla o cobertura facial de múltiples capas para entrar en los predios, excepto cuando la persona está en posesión de una excepción escrita por un proveedor del cuidado de la salud.

Si los clientes están afuera esperando por un lugar de compras, los comercios tienen que tomar medidas razonables para asegurar que los clientes mantienen la distancia de 6 feet los individuos y evitan el contacto de persona a persona.

Todos los comercios esenciales tienen que cerrar todas las noches a las 10:00 p.m.

Los comercios que incurran en cuatro respuestas rápidas— que ocurre cuando un empleado reporta, como es requerido, un incidente de COVID-19 en el lugar de trabajo al Departamento del Medio Ambiente— en un período de dos semanas se les pedirá que cierren por dos semanas.

Comercios No Esenciales

Cualquier comercio que no esté identificado como un "comercio esencial", "comercio de contacto cercano", establecimiento de comida y bebida", "lugar de adoración" "facilidad recreativa", o "lugar de albergue", puede abrir ofreciendo un total de personas situadas dentro del comercio que no exceda 25% de la ocupación máxima de cualquier espacio cerrado en las premisas del comercio, como determinado por un alguacil de fuegos o departamento de bomberos.

Los comercios no esenciales tienen que cumplir con [Prácticas Seguras COVID para todos los Individuos y Empleadores](#), incluyendo cualquiera de las restricciones de ocupación identificadas.

Si los clientes están afuera esperando por un lugar de compras, los comercios tienen que tomar medidas razonables para asegurar que los clientes mantienen la distancia de 6 pies entre los individuos y evitan el contacto de persona a persona.

Los comercios que incurran en cuatro respuestas rápidas— que ocurre cuando un empleado reporta, como es requerido, un incidente de COVID-19 en el lugar de trabajo al Departamento del Medio Ambiente— en un período de dos semanas se les pedirá que cierren por dos semanas.

Establecimientos de Comida y Bebida

Los establecimientos de comida y bebida que completen el [programa de entrenamiento New Mexico Safe Certification](#), que educa a los trabajadores acerca de los requisitos estatales y

recomienda las Prácticas Seguras COVID, pueden continuar ofreciendo servicios limitados dentro del establecimiento a una capacidad máxima de 25%. Los establecimientos de comida y bebida que no están certificados, desde el 30 de octubre, no podrán ofrecer servicio de comida dentro del establecimiento, pero pueden continuar sirviendo servicios al aire libre a un 75% de su ocupación máxima.

Para servicio de comida dentro y fuera del establecimiento, las mesas tienen que estar a una distancia mínima de 6 pies entre ellas. No deben haber más de seis clientes sentados en una misma mesa. No se permite sentarse en la barra. Los servicios de comida dentro del restaurante deben ser ofrecidos solamente a los clientes quienes están sentados, y aquellos que no hayan sido sentados para comer, no pueden consumir alimentos o bebidas mientras estén de pie.

Los restaurantes que deseen continuar con el servicio limitado dentro del establecimiento tienen que estar de acuerdo en hacerle pruebas de diagnóstico por NMDOH a sus empleados. NMDOH les dará prioridad a los establecimientos en los condados de alto riesgo.

Los restaurantes ofreciendo servicios dentro del establecimiento también tienen que requerirle a los clientes comiendo adentro a dar su nombre e información de contacto, y mantenerla por los menos por tres semanas para asistir a los reguladores estatales en sus esfuerzos de contacto.

Cualquier establecimiento de alimentos o bebidas que sirven alcohol tiene que cerrar todas las noches a las 10:00 p.m.

Los establecimientos de comida y bebida pueden ofrecer servicios para llevar o para entrega, si le es permitido por ley.

Si los clientes están afuera esperando, los establecimientos tienen que tomar medidas razonables para asegurar que los clientes mantienen la distancia de 6 pies entre los individuos y evitar el contacto de persona a persona.

La expansión de las áreas de servicio al aire libre tiene que ser aprobada por la agencia gubernamental local apropiada.

- Si el servicio incluye una licencia de licores en las premisas, complete una aplicación para aprobación con la División de Control de Alcohol y Bebidas (ABC), la cual puede ser encontrada en su [sitio web](#)
- El área al aire libre tiene que estar abierta en por lo menos tres lugares cuando esté en uso. Las paredes laterales de las carpas pueden ser añadidas para seguridad cuando las mismas no estén en uso.
- Las carpas pueden ser utilizadas si son aprobadas por la agencia local gubernamental apropiada.
- El abrir la puerta de un garaje o todas las ventanas no constituye un área de comida al aire libre.

Los establecimientos de comida y bebida pueden continuar operando los servicios para llevar, recoger, servicio de aceras y de entrega, mientras dichos servicios cumplan con [Prácticas Seguras COVID para todos los Individuos y Empleadores](#).

Los establecimientos de comida y bebida que incurran en cuatro respuestas rápidas— que

ocurre cuando un empleado reporta, como es requerido, un incidente de COVID-19 en el lugar de trabajo al Departamento del Medio Ambiente– en un período de dos semanas se les pedirá que cierren por dos semanas.

Barras

Vea Facilidades Recreativas de contacto cercano.

Lugares de Adoración

Los lugares de adoración pueden llevar a cabo sus servicios y otras funciones, pero sin exceder el 40% de su ocupación máxima en cualquier edificio cerrado, como está determinado en su código de incendios. Las instituciones basadas en la fe pueden llevar a cabo sus servicios al aire libre si las prácticas seguras COVID son utilizadas, o a través de medios audiovisuales.

Un lugar de adoración significa cualquier iglesia, sinagoga, mezquita, u otro lugar de reuniones donde las personas se congregan para ejercer sus creencias religiosas.

Comercios de contacto cercano

«"Comercios de contacto cercano" incluyen las barberías, lugares de entretenimiento para adultos, peluquerías, salones para tatuajes, paseos guiados en globo, salones para masajes, clínicas de estética, salones de bronceado, paseos en bote, y servicios de entrenamiento personal.

Los "comercios de contacto cercano" pueden operar a un 25% de su capacidad máxima en los predios de dicho comercio como está determinado por el alguacil de incendios o departamento de bomberos.

Las boleras pueden abrir solamente para juegos de ligas y tienen que cumplir con las restricciones de ocupación aplicables con las [Prácticas Seguras COVID para todos los Individuos y Empleadores](#) incluyendo el uso de mascarillas.

Las pistas de patinaje sobre hielo pueden operar para entrenamiento atlético y prácticas, solamente haciendo reservaciones previas.

Los comercios de contacto cercano que incurran en cuatro respuestas rápidas— que ocurre cuando un empleado reporta, como es requerido, un incidente de COVID-19 en el lugar de trabajo al Departamento del Medio Ambiente– en un período de dos semanas se les pedirá que cierren por dos semanas.

Facilidades Recreativas de contacto cercano

Las facilidades recreativas tienen que permanecer cerradas.

Los lugares de entretenimiento de contacto cercano incluyen cines, museos con instalaciones interactivas o exhibiciones y otros lugares similares, boleras, golf miniatura, salones de juegos, parques de diversiones, acuarios, casinos, lugares para conciertos, lugares para deportes profesionales, lugares para eventos, bar, discotecas, pistas para go-kart, pistas para automóviles, lugares de entretenimiento para adultos, y otros lugares para la recreación y entretenimiento.

Una "barra" está definida como un comercio que generó más de la mitad de sus ganancias el año fiscal anterior de la venta de alcohol.

Los casinos están considerados como un comercio recreativo de contacto cercano. Todos los casinos deben permanecer cerrados. Estos excluyen a los casinos operando en tierras Tribales.

Facilidades Recreativas al Aire Libre

Las "facilidades recreativas al aire libre" incluyen campos de golf al aire libre, piscinas, canchas de tenis al aire libre, programas de veranos para jóvenes, eventos de ganado, carreras de caballos, jardines botánicos, zoológicos al aire libre y parques estatales de Nuevo México.

Los **campos de golf** pueden abrir. Los restaurantes asociados con los campos de golf tienen que seguir las guías de comida dentro del establecimiento.

las **piscinas públicas** están limitadas al uso concurrente no mayor a diez (10) personas. Las áreas para juego deben permanecer cerradas.

Las facilidades de tenis al pueden operar únicamente al aire libre.

Las **facilidades para carreras de caballos** pueden operar sin espectadores.

Los **programas juveniles de verano, espectáculos juveniles de ganado, jardines botánicos, zoológicos y parques estatales de Nuevo México** pueden operar cumplimiento con [Prácticas Seguras COVID para todos los Individuos y Empleadores](#)

Operaciones de recogido de productos y laberintos en campos de maíz pueden operar de acuerdo con las [Prácticas Seguras COVID para el Agroturismo](#).

Los **parques estatales**, están disponibles únicamente para los residentes de Nuevo México. La entrada a residentes de otros estados está limitada. Los visitantes a los parques tienen que

demostrar prueba de residencia o no se les permitirá la entrada. La prueba de residencia incluye una licencia de Nuevo México en el auto, una licencia de conducir o tarjeta de ID de Nuevo México, un registro de Nuevo México para el vehículo, documentación federal atestando la residencia, o identificación militar.

La División de Parques Estatales está dirigida a **extender el uso de pases anuales** para acampar que fueron comprados después de marzo de 2019 por un período determinado por la División de Parques Estatales en relación con su fecha original de expiración debido al cierre de los Parques Estatales para acampar. Efectivo el 1 de octubre de 2020, los nuevomexicanos podrán acampar durante la noche en casi todos los parques estatales, siempre y cuando no hayan más de 10 personas.

Centros Comerciales Cerrados

Los centros comerciales cerrados pueden operar ofreciendo un número total de personas dentro del establecimiento que no exceda en cualquier momento el 25% de su ocupación máxima como determinado por el alguacil de incendios o departamento de bomberos. Los lugares de comida tienen que permanecer cerrados. Holgazanear no está permitido.

Auto Cines

Los auto cines pueden permanecer abiertos.

Lugares de Alojamiento

Lugares de alojamiento significa todos los hoteles, moteles, parques para RV y rentas para vacaciones a corto tiempo. Los "lugares de alojamiento" que hayan completado su entrenamiento NM Safe Certified ofrecido en <https://nmcertified.org> pueden operar hasta un 60% de su ocupación máxima. Los otros lugares de alojamiento no podrán operar a más de un 25% su ocupación máxima.

Los trabajadores del cuidado de la salud quienes están envueltos en el cuidado a individuos utilizando facilidades de albergue para estadías extendidas, vivienda temporera, o para cuarentena o período de aislamiento no deben ser contados para propósitos de determinación de ocupación máxima.

Los lugares de alojamiento que incurran en cuatro respuestas rápidas— que ocurre cuando un empleado reporta, como es requerido, un incidente de COVID-19 en el lugar de trabajo al Departamento del Medio Ambiente— en un período de dos semanas se les pedirá que cierren por dos semanas.

Albergues para Animales y Facilidades para el Cuidado de Animales

Las facilidades para animales que aseguran la salud y bienestar de los animales deben permanecer abiertas, pero tienen que realizar las tareas con el mínimo de empleados necesarios, por el mínimo de tiempo necesario, y adherirse a todos los protocolos de distanciamiento social.

Los Suministros del Cuidado de la Salud y Otros Bienes Necesarios

Los colmados y otros minoristas están dirigidos para limitar la venta de medicamentos, equipo médico duraderos, fórmulas para infantes, pañales, productos sanitarios, y productos de higiene a 3 artículos por individuo, o como lo describa el gerente de la tienda.

Instituciones Educativas Públicas

Las instituciones educativas públicas sirviendo a los niños y adultos jóvenes desde pre-Kindergarten hasta el grado 12, incluyendo el aprendizaje en el hogar quienes no son miembros del hogar, deben cumplir con el uso de coberturas faciales y otros requisitos en las Prácticas Seguras COVID para la enseñanza en persona, descritas en el documento "[Guías de Reingreso](#)" publicado por el Departamento de Educación Pública de Nuevo México, y que será actualizado después de terminado. Este incluye las operaciones con una ocupación máxima de 25% de individuos en un espacio cerrado, como un salón de clases, con la restricción de ocupación en este documento que registrará en caso de cualquier discrepancia con la "Guía de Reingreso".

APÉNDICE A

DEFINICIONES

La Enfermedad Coronavirus 2019 (COVID-19) Definición de Caso Interino 2020, Aprobada el 5 de abril de 2020 puede ser encontrada en [CDC COVID-19 Definición de Caso](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assesment-hcp.html)

Contacto Cercano

- Contacto cercano está definido como una exposición de 3 minutos o más en una distancia de 6 pies con un caso confirmado de COVID-19 durante un período infeccioso con o sin mascarilla o cobertura facial de tela.
- Observe: El contacto con un caso de COVID-19 en un lugar del cuidado de la salud donde el equipo protector personal (PPE) es usado no se considera una exposición a COVID-19. <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-risk-assesment-hcp.html>

El período de exposición (incubación)

- El tiempo entre la exposición a una infección y cuando aparecen los síntomas
- Para un caso **sintomático** de COVID-19 confirmado, el período de exposición de 14 días antes de que comenzara la enfermedad.
- Para un caso **asintomático** de COVID-19 confirmado, el período de exposición de 14 días antes de la fecha de recolección de muestra.
- Para un contacto de un caso confirmado de COVID-19, el período de exposición es la última fecha de contacto cercano con el caso. Esta fecha es usada cuando se determina el período de cuarentena.

Período infeccioso

- Es el tiempo durante el cual una persona infectada es contagiosa y muy probablemente pueda propagar la enfermedad a otros.
- Para un caso **sintomático** de COVID-19 confirmado, el período infeccioso comienza 2 días antes de la fecha en que la enfermedad aparece y continúa por 10 días después.
- Para un caso **sintomático** de COVID-19 confirmado con enfermedad grave o inmunosupresión grave, el período infeccioso se extiende por 20 días después de la fecha de comienzo de la enfermedad.
- Para un caso **asintomático** de COVID-19 confirmado, el período infeccioso comienza 2 días antes de la fecha en que la enfermedad aparece y continúa por 10 días después.

Aislamiento

- El aislamiento mantiene a alguien que está enfermo o dio positivo para COVID-19 sin síntomas, separado de otros, aún en su propio hogar. Las personas con una infección conocida tienen el riesgo más alto y tienen que ser estrictos con su higiene y separación con otros.

Cuarentena

- La cuarentena mantiene a alguien quien ha estado en contacto cercano con alguien con COVID-19 alejado de otros. El período de monitoreo de la infección es el período de incubación máximo para la infección, el cual es de 14 días para COVID-19.

Recuperación

- La recuperación de COVID-19 es indicada y el aislamiento es finalizado cuando todas las condiciones de los métodos basados en síntomas o tiempo son cumplidas.
- Si las condiciones del método basado en pruebas fueron utilizadas, lo cual ya no se recomienda, entonces el caso será considerado como recuperado.

Reinfección

- La reinfección por COVID-19 se presume rara, pero no es lo suficientemente entendida en este momento para descartarla.
- Otra prueba molecular positiva para COVID-19 (p.ej. PCR) obtenida a los 3 meses o más después de la fecha de comienzo de la enfermedad será considerada una nueva infección si el caso se recuperó entre los resultados de las pruebas positivas.
- Si el caso recuperado se convierte en **sintomático** durante los 3 meses después del comienzo de la primera infección y una evaluación médica falla identificar un diagnóstico diferente a la infección de COVID-19 (p.ej. influenza), entonces, el caso recuperado puede justificar la evaluación de una reinfección por COVID-19 por parte de un proveedor de atención médica en consulta con el Departamento de Salud de Nuevo México.

SARS CoV-2

- Coronavirus que causa la enfermedad COVID-19. Para propósitos de este documento, hemos utilizado el término COVID-19 para indicar tanto el virus como la enfermedad.

Enfermedad grave

- La enfermedad grave está indicada por hospitalización en una unidad de cuidado intensivo con o sin ventilación mecánica.

Inmunosupresión grave

- La Inmunosupresión grave incluye estar en quimioterapia debido a cáncer, infección VIH sin tratamiento con cuenta de linfocitos CD4T <200, desorden de inmunodeficiencia primaria combinada, un recibo de prednisona >20 mg/día por más de 14 días.
- Otros factores, como edad avanzada, diabetes mellitus, o enfermedad renal final, pueden plantear un grado mucho menor de inmunodepresión y no afectar claramente las decisiones sobre duración del aislamiento.
- Finalmente, el grado de inmune comprometido para el paciente es determinado por el proveedor que le está tratando, y las acciones preventivas están diseñadas para cada individuo y situación.