



# Cómo calcular cuánto tiempo permanecer en cuarentena, monitorear la salud y tomar precauciones

Para obtener más detalles, incluido cómo controlar su salud y tener cuidado, consulte las instrucciones para contactos cercanos en [ph.lacounty.gov/covidcuarentena](http://ph.lacounty.gov/covidcuarentena).

## Cómo calcular una cuarentena de 10 días



## Cómo calcular una cuarentena de 7 días

(para personas que dieron negativo en una prueba el Día 5 o después)



## Cómo calcular el período de monitoreo de 14 días

