



Leiðbeiningar fyrir sóttkví

vegna heimsóknar til Íslands

Quarantine instructions

for visitors in Iceland

Quarantäneanweisungen

für Islandreisende

Instructions de quarantaine

pour les visiteurs en Islande

Instrucciones de cuarentena

para los visitantes a Islandia

Zasady odbywania kwarantanny

przez osoby przyjeżdżające do Islandii

Instrucțiuni privind carantina

pentru turiștii care sosesc în Islanda

Karantino nurodymai

atvykstantiesiems į Islandiją

Bienvenido a Islandia, estimado viajero.

¿Qué ocurre a continuación?

A partir del 19 de agosto de 2020 todos los pasajeros que lleguen pueden elegir entre una cuarentena de 14 días o un procedimiento de dos pruebas junto con una cuarentena de 5 a 6 días. Los niños nacidos en 2005 o más tarde quedan exentos de la obligación de someterse a pruebas de detección y cuarentena.

Aquellos que elijan someterse a una cuarentena autoimpuesta durante 14 días a partir de la fecha de llegada deben realizar los preparativos adecuados para garantizar que pueden cumplir con las directrices de la cuarentena autoimpuesta. Lea la información sobre la cuarentena en Islandia.

Tenga en cuenta que las infracciones de los requisitos de cuarentena o de aislamiento están sujetas a multas o a las medidas de aplicación de las autoridades relevantes para garantizar su cumplimiento.

A la espera de los resultados de la primera prueba de detección:

1. Las reglas de cuarentena se aplican una vez abandona el punto fronterizo. Una vez se recoge la muestra para la prueba de PCR, debe dirigirse directamente a su lugar de cuarentena, mediante vehículo privado, taxi o vehículo de alquiler. Si es necesario, puede pasar una noche en un alojamiento de cuarentena adecuado cerca del punto de entrada, antes de viajar hasta el lugar final de cuarentena.
2. Asegúrese de descargar la aplicación Rakning C-19, disponible en www.covid.is/app. La aplicación presenta los resultados de pruebas negativos y ayuda a rastrear la infección si es necesario. Además, contiene información sobre el sistema de atención sanitaria de Islandia y consejos importantes sobre la COVID-19 para su seguridad. Encontrará información adicional sobre la aplicación en www.covid.is/app/en.
3. Si el resultado de su prueba es positivo, recibirá una llamada telefónica del pabellón de pacientes externos de COVID del Hospital Nacional (Landspítali) y se le explicarán medidas adicionales para confirmar una infección activa. Los resultados negativos se comunicarán mediante la aplicación Rakning C-19 o mediante mensaje SMS al número de teléfono verificado en el registro previo. Si no recibe los resultados en el plazo de 24 horas, envíe un correo electrónico a testc19@landlaeknir.is e incluya su código de barras en el correo electrónico.

Cuarentena entre pruebas:

1. Mientras se encuentre en cuarentena, debe permanecer en su ubicación registrada y evitar el contacto con otras personas. Preste atención a la higiene personal, especialmente el lavado de manos. Tenga encendido su teléfono en todo momento, para poder recibir llamadas o mensajes sobre los resultados de la prueba de COVID-19 y para el funcionamiento de la aplicación Rakning C-19.

Durante la cuarentena:

- **puede** solicitar los servicios de atención sanitaria necesarios si se pone en contacto con la clínica de atención primaria más cercana, los servicios de guardia (1700 o +354 544 4113) o los servicios de emergencia (112) por **teléfono**.

- **puede** salir a pasear en zonas en las que haya pocas personas, pero debe permanecer como mínimo a 2 metros de distancia de otros peatones.
 - **puede** salir a conducir en un vehículo privado o alquilado, pero **no puede** tener contacto cercano con otras personas desde el vehículo, por ejemplo en restaurantes con autoservicio o farmacias.
 - **no puede** tener contacto directo con personas que no formen parte de su núcleo familiar; en cuanto al contacto con personas de su núcleo familiar, debe prestar especial atención a la higiene e intentar permanecer como mínimo a 1 o 2 metros de distancia en todo momento.
 - **no puede** usar el transporte público (vuelos internos, autobuses urbanos, otros autobuses) pero sí puede usar taxis, vehículos de alquiler y privados.
 - **no puede** visitar restaurantes, bares, gimnasios, piscinas, cines, teatros, asistir a reuniones públicas o privadas de cualquier tipo o tamaño, ni visitar ningún lugar en el que se puedan reunir multitudes.
 - **no puede** entrar en tiendas de alimentos, farmacias u otras tiendas. Hay disponibles servicios de entrega en algunos pueblos aunque no en todos.
 - **no puede** asistir al colegio o al trabajo.
 - **no puede** realizar excursiones turísticas ni conducir largas distancias (por ejemplo entre pueblos), excepto si es necesario entre el punto de entrada/salida de la frontera y el lugar de la cuarentena.
2. En la tarde del cuarto día tras la llegada, recibirá un correo electrónico con información sobre cómo y a qué lugar acudir para la segunda prueba de detección. Para llegar al lugar de la prueba puede usar un vehículo privado, de alquiler o un taxi.
- Nota: Si su primera prueba fue positiva, esté o no aislado con infección activa o libre de la cuarentena debido a una infección recuperada, no debe asistir a la segunda prueba de detección.**

A la espera de los resultados de la segunda prueba de detección:

Tras la segunda prueba, **tiene que** volver al lugar de cuarentena y permanecer allí hasta que reciba los resultados. Si los resultados son negativos, quedará liberado de la cuarentena. Un resultado positivo, sin embargo, siempre requerirá aislamiento.

Síntomas: Si desarrolla síntomas que pueden deberse a la COVID-19, ya sea durante la cuarentena o posteriormente, debe ponerse en contacto (por teléfono) con la clínica de atención primaria más cercana o el servicio de guardia (Laeknavaktin en el 1700 o +354 544 4113). Los síntomas pueden incluir:

- Fiebre
- Tos
- Dificultad respiratoria
- Dolores corporales, cansancio
- Nariz mucosa o congestionada, dolor de garganta
- Cambios repentinos en el sentido del gusto y/o el olfato
- Vómitos, diarrea (más común en niños)

Si tiene **síntomas** de COVID-19 **no puede visitar una instalación de atención sanitaria o un lugar de pruebas**, sino que primero debe llamar y notificarlo para que los que proporcionan los servicios puedan estar preparados para ayudarle al mismo tiempo que mantienen su seguridad y la de otras personas. Lab inusamu scimus aut veriori.



covid.is