



Alerta de Salud

Fecha: 9 de marzo del 2020

Para: Residentes del Condado de San Benito

De: Martin Fenstersheib, MD, MPH, Oficial Interino de Salud

Tema: LOS SERVICIOS DE SALUD PÚBLICA DEL CONDADO DE SAN BENITO ANUNCIAN RECOMENDACIONES AGRESIVAS PARA REDUCIR LA DISPERSIÓN DEL CORONAVIRUS (COVID-19)

Propósito de este documento: Los Servicios de Salud Pública del Condado de San Benito están tomando medidas adicionales para proteger a la comunidad del nuevo coronavirus (COVID-19). Estas recomendaciones están destinadas a reducir la exposición potencial al virus y proteger específicamente a aquellos que son los más vulnerables a las enfermedades graves.

Como sabemos, este es un evento siempre variable en nuestras vidas. La respuesta ahora debe incluir medidas que probablemente alterarán algunas de nuestras rutinas diarias. Nuestra comunidad es única en el sentido de que muchos residentes que viven aquí viajan fuera del condado, especialmente al condado de Santa Clara, donde ha habido numerosos casos de nuevos coronavirus con evidencia de propagación comunitaria. Estamos adoptando pautas similares al Condado de Santa Clara en este momento.

Nueva Guía de Salud Pública

Las personas con mayor riesgo son:

- Personas de 60 años de edad y mayores. El riesgo aumenta significativamente a medida que las personas envejecen. Esas personas mayores han experimentado las formas más graves de la enfermedad.
- Las personas, independientemente de su edad, con condiciones de salud subyacentes que incluyen enfermedades cardiovasculares, diabetes, cáncer, enfermedades cardíacas, enfermedades pulmonares crónicas como la EPOC, así como aquellas con sistemas inmunes gravemente debilitados.

Recomendamos que las personas en riesgo eviten las multitudes y los eventos grupales. Evite estar cerca de otros que están enfermos. Considere no viajar a través de aeropuertos abarrotados y posponga las vacaciones en cruceros.

1) Si está enfermo:

- Quédese en casa y lejos de otros en su hogar hasta que sus síntomas desaparezcan.
- No salga en público.
- Evite los entornos médicos en general a menos que sea necesario.
- Si está enfermo y siente que necesita atención médica, llame primero a un proveedor de atención médica y hable sobre sus síntomas.

2) Lugares de trabajo y negocios: minimizar la exposición

- Suspender los viajes no esenciales de los empleados.
- Reduzca al mínimo la cantidad de empleados que trabajan dentro del alcance de los demás, lo que incluye minimizar o cancelar grandes reuniones y conferencias en persona.
- Instar a los empleados a quedarse en casa cuando estén enfermos y maximizar la flexibilidad en los beneficios de permiso por enfermedad.
- No requiera una nota del médico para los empleados que están enfermos, ya que las oficinas de atención médica pueden estar muy ocupadas y no pueden proporcionar el documento de inmediato.
- Considere el uso de opciones de teletrabajo.
- Algunas personas necesitan estar en el trabajo para proporcionar servicios esenciales de gran beneficio para la comunidad. Pueden tomar medidas en su lugar de trabajo para minimizar el riesgo.

Se les recomienda a los negocios a revisar detenidamente y seguir la [Guía para Negocios](#), así como nuestras recomendaciones para reuniones y eventos no esenciales.

3) Reuniones Grandes: Cancelar Eventos No Esenciales.

En este momento, recomendamos posponer o cancelar grandes eventos y reuniones de la comunidad donde se requiere que las personas estén al alcance de la mano. Esto incluye conciertos, eventos deportivos y convenciones donde las personas estarán al alcance de la mano.

Considere cancelar o posponer reuniones más pequeñas si las personas con mayor probabilidad de asistir están dentro de la categoría de alto riesgo.

Si no puede evitar reunir a grupos de personas:

- Impulse a cualquiera que esté enfermo a no asistir.
- Fuertemente sugiera que las personas mayores de 60 años y las personas con condiciones médicas crónicas no asistan.

- Asegure que las capacidades de lavado de manos, desinfectantes y pañuelos estén disponibles.
- Limpie con frecuencia las áreas de alta superficie táctil, como computadoras y pasamanos.
- Encuentre formas de crear espacio físico para minimizar el contacto cercano tanto como sea posible
- Evite tocar su cara
- Evite el contacto personal como darse la mano y abrazarse.
- Limpie las superficies con desinfectantes o limpiadores o toallitas desinfectantes.

Revise cuidadosamente y siga la Guía de CDPH para grandes reuniones y eventos en https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/CDPH%20Guidance%20for%20Mass%20Gatherings%20and%20Large%20Community%20Events_ADA%20Compliant.pdf

Escuelas: La Seguridad es lo Primero

Los Servicios de Salud Pública del Condado de San Benito no recomienda cerrar las escuelas en este momento

Si se confirma que un miembro del personal o estudiante en una escuela específica tiene COVID-19, se considerará el cierre de esa escuela en función de los hechos y circunstancias específicos de ese caso. Si hay un caso confirmado de COVID-19 en una escuela, los servicios de salud pública trabajarán con la escuela y el distrito para determinar las mejores medidas, incluido el posible cierre de la escuela. En este momento, sin embargo:

- No vaya a la escuela si está enfermo.
- Si tiene un hijo con problemas de salud crónicos, consulte a su médico sobre la asistencia a la escuela.
- Equipe todas las escuelas y aulas con desinfectantes para manos y pañuelos de papel.
- Recomiende reprogramar o cancelar eventos medianos a grandes que no son esenciales.
- Explore la educación a distancia y las opciones en línea para continuar aprendiendo.
- Las escuelas deben desarrollar un plan para el cierre de escuelas en todo el condado y las familias deben prepararse para posibles cierres.

Se les recomienda a las escuelas a revisar y seguir cuidadosamente la Guía de CDPH para K-12, preescolar y centros de cuidado infantil en

https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/CDPH%20Document%20Library/School%20Guidance_ADA%20Compliant_FINAL.pdf

4) **Configuración de Atención Médica: Evitar lo más posible, proteger a los vulnerables**

- Los centros de atención a largo plazo tienen planes establecidos para proteger a los pacientes, el personal y los visitantes.
- Evite visitar a familiares y amigos que están en el hospital o en centros de atención a largo plazo si está enfermo. Espere posibles modificaciones o restricciones a las visitas a las instalaciones.
- Llame a su proveedor de atención médica con anticipación si está enfermo y es posible que le atiendan por teléfono.
- No visite las salas de emergencia a menos que sea esencial.

5) **Todos: Pongan de su parte**

La mejor manera para todos los residentes del Condado de San Benito de reducir su riesgo de enfermarse, como ocurre con los resfriados estacionales o la influenza, todavía se aplica para prevenir el COVID-19:

- Lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Cubra su tos o estornudos.
- Quédese en casa si está enfermo.
- Evite tocarse la cara.
- Pruebe formas alternativas a saludar de mano, como un toque en el codo o un gesto de saludo.
- Si ha regresado recientemente de un país, estado o región con infecciones COVID-19 que continúa, monitorea su salud y siga las instrucciones de los funcionarios de salud pública.
- No se recomienda usar máscaras en este momento para evitar enfermarse.

Para obtener información adicional sobre cómo reducir el riesgo de enfermarse, revise cuidadosamente y siga los [Recursos de los CDC para Hogares](#).

También puede prepararse para las posibles interrupciones de los servicios y suministros comunitarios. Las acciones de preparación incluyen:

- Prepárese para trabajar desde casa si eso es posible para su trabajo y su empleador.
- Asegúrese de tener un suministro de todos los medicamentos esenciales para su familia.
- Prepare un plan de cuidado infantil si usted o un cuidador están enfermos.
- Haga arreglos sobre cómo su familia manejará el cierre de las escuelas.
- Planifique cómo puede cuidar a un familiar enfermo sin enfermarse usted mismo.
- Cuídese y regístrese por teléfono con amigos, familiares y vecinos que son vulnerables a enfermedades graves o muerte si reciben el COVID-19

- o Mantenga limpios los espacios comunes para ayudar a mantener un ambiente saludable para usted y los demás.
- o Las superficies que se tocan con frecuencia deben limpiarse regularmente con aerosoles desinfectantes, toallitas o productos de limpieza domésticos comunes.

Les recomendamos a nuestra comunidad a mantener la calma, no se asuste, prepárese, manténgase alerta y sea amable el uno con el otro. Después de todo, es el virus al cual estamos combatiendo.

Para obtener más información sobre el nuevo coronavirus (COVID-19), visite el sitio web de los Centros para el Control de Enfermedades (CDC) en <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html> y visite el Departamento de Salud Pública del Condado de San Benito Sitio web de servicios para obtener información local actualizada en <http://hhsa.cosb.us/publichealth/>.

###

-5-