

PLACER, YOLO COUNTY HEALTH OFFICERS RECOMIENDAN LA MITIGACIÓN DE COVID-19

Publicado el 10 de marzo de 2020

Los casos confirmados por laboratorio de COVID-19 en la región están aumentando rápidamente. En una semana, el número de casos en los condados de Yolo y Placer ha crecido de 1 a 8. Este número incluye casos relacionados con viajes y sus contactos, y ahora estamos viendo evidencia de propagación de la comunidad, es decir, casos de origen desconocido. Se cree que el primer caso de Yolo de COVID-19 es adquirido por la comunidad. Dada la cantidad de tiempo transcurrido desde el regreso de los pasajeros de la Gran Princesa el 21 de febrero, sabemos que COVID-19 se ha estado extendiendo también en la comunidad Placer. Hasta la fecha, los equipos de salud pública se han centrado en identificar y separar a las personas con COVID-19 de otras personas y rastrear a las personas que estuvieron expuestas a la persona infectada. Este enfoque de contención ha ayudado a frenar la introducción de COVID-19 en los Estados Unidos. Con la difusión comunitaria, los departamentos de salud pública ahora deben trasladar sus esfuerzos a medidas de mitigación comunitarias que retrasen la propagación de COVID-19 en la comunidad, protejan a los más vulnerables a enfermedades graves y permitan que el sistema de salud preparen recursos para atender a pacientes gravemente enfermos. Al igual que un puñado de otros condados en California, los condados de Placer y Yolo ahora entrarán en esta nueva fase.

Este es un momento crítico en el creciente brote de COVID-19 en la región, y se necesitan medidas decisivas para frenar la propagación de la enfermedad. Los funcionarios de salud pública han sopesado los beneficios potenciales para la salud de la comunidad frente a los efectos perturbadores que estas recomendaciones podrían tener. Estas decisiones no se tomaron a la ligera, y las recomendaciones se basan en la mejor información que tenemos en este momento.

Las siguientes recomendaciones entrarán en vigor inmediatamente, se extenderán hasta el 31 de marzo de 2020 y podrían ampliarse a medida que evaluemos continuamente el brote de COVID-19.

Los funcionarios de salud pública de Placer y Yolo recomiendan:

1. Lugares de trabajo: Los lugares de trabajo y las empresas deben implementar el teletrabajo para sus empleados, si esto es factible, y minimizar el número de empleados que trabajan dentro de la longitud de cada uno. Siga las instrucciones publicadas [del Departamento de Salud Pública de California \(CDPH\)](#).

2. Grandes reuniones: Aquellos que están planeando grandes reuniones deben considerar modificarlas, posponerlas o cancelarlas, especialmente si un gran número de personas estarán dentro de la longitud del brazo el uno del otro. Siga las instrucciones publicadas [del CDPH en el escenario II](#).
3. Escuelas:
 - a. Las escuelas que tienen una exposición COVID-19 o un caso deben tomar decisiones sobre el cierre u otras acciones en colaboración con su departamento de salud local.
 - b. Las escuelas también deben seguir la orientación conjunta publicada del CDPH y el [Departamento de Educación de California en el Escenario II o superior](#), dependiendo de las circunstancias.
 - c. Las escuelas deben minimizar a los estudiantes y/o al personal que trabajan dentro de la longitud del brazo de los demás siempre que sea posible.
4. Personas enfermas:
 - a. Todas las personas deben permanecer en casa si están enfermas hasta que no hayan tenido fiebre, tos u otros síntomas respiratorios durante al menos 72 horas después de que los síntomas se resuelvan o 7 días después de que comenzaron los síntomas, lo que sea más largo.
 - b. Las personas con síntomas similares al resfriado deben controlar sus síntomas en casa con medicamentos de venta libre siempre que sea posible, independientemente de si tienen un resfriado, gripe, o COVID-19.
 - c. Individuos que desarrollan dificultad para respirar, se sienten extremadamente cansados, o se sentían mejor, pero luego se sienten mucho peor es llamar a su proveedor de atención médica. Si van a ir a la oficina del proveedor o al centro de atención de urgencia, deben llamar con anticipación para que el proveedor de atención médica pueda estar preparado para cuidar de ellos.
 - d. Las personas solo deben llamar al 911 o ir a un servicio de emergencia si creen que su vida está en peligro inminente. Otras emergencias todavía se están produciendo, y los recursos de emergencia deben estar disponibles para abordar todas ellas, no sólo COVID-19.
5. Poblaciones vulnerables: El riesgo de enfermedad grave por COVID-19 aumenta a medida que aumenta la edad, con personas mayores de 60 años con mayor riesgo de complicaciones y enfermedades graves. Independientemente de la edad, las personas con enfermedades crónicas como enfermedades cardiovasculares, cáncer, enfermedades del corazón o enfermedades pulmonares como la EPOC, así como aquellas con sistema inmune gravemente debilitados también tienen un alto riesgo de complicaciones. Las personas con mayor riesgo deben considerar permanecer en casa y lejos de las reuniones sociales concurridas en las que las personas están dentro de la longitud de los brazos entre sí. Por ejemplo, evite desfiles, conferencias, eventos deportivos y conciertos.

6. Personas expuestas: Con el cambio de la contención a la mitigación, ya no es necesario que alguien que ha estado en contacto con una persona que tiene COVID-19 se ponga en cuarentena durante 14 días. Esto se aplica al público en general, así como a los trabajadores de la salud y a los socorristas. Sin embargo, las personas expuestas deben autocontrolarse para los síntomas respiratorios y la fiebre. Si desarrollan síntomas, deben permanecer en casa para proteger a los que están bien – de nuevo, durante 72 horas después de que los síntomas se resuelvan o 7 días después de que los síntomas comenzaron, lo que sea más largo.
7. Máscaras: Siga las recomendaciones de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) para usar una máscara facial.
 - a. Los CDC no recomiendan que las personas que están bien usen una máscara facial para protegerse de enfermedades respiratorias, incluyendo COVID-19.
 - b. Las máscaras faciales deben ser utilizadas por personas que muestren síntomas de COVID-19 para ayudar a prevenir la propagación de la enfermedad a otras personas. El uso de mascarillas también es crucial para los trabajadores de la salud y las personas que están cuidando a alguien en entornos cercanos (en el hogar o en un centro de atención médica).
8. Pruebas: Las pruebas para COVID-19 ya están disponibles a través de laboratorios comerciales. Sin embargo, el hecho de que una prueba esté disponible no significa que sea necesaria para la mayoría de las personas. Las personas que tienen síntomas leves o están mejorando no necesitan hacerse la prueba porque su tratamiento será el mismo, independientemente del resultado de la prueba. Las pruebas son una decisión tomada por los proveedores de atención médica para ayudar en la atención de pacientes muy enfermos, así como para proteger la salud pública.

Manténgase informado utilizando una fuente confiable. La información está cambiando con frecuencia.

La guía adicional está disponible en los sitios web del condado ([la guía completa](#) de Placer está disponible aquí). Consulte y suscríbete al sitio web de Salud Pública y a las páginas de redes sociales de tu condado:

Condado de Placer: www.placer.ca.gov/coronavirus

Condado de Yolo: www.yolocounty.org/coronavirus