



Un mensaje a la Comunidad Del Oficial de Salud sobre el Nuevo Coronavirus

A medida que aumenta el número del nuevo coronavirus (COVID-19) en California y en todo el mundo, todos debemos estar preparados para mantenernos a nosotros mismos, a nuestras familias y a nuestras comunidades lo más seguros posible. Como puede ver en lo que informan los medios de comunicación, la situación cambia a diario y la respuesta a lo que sucede puede cambiar rápidamente. Los Servicios de Salud Pública del Condado de San Benito están en constante comunicación con los condados que nos rodean, así como con el Departamento de Salud Pública de California y los Centros para el Control de Enfermedades. Pero responder a esta potencial pandemia mundial no es solo del gobierno.

Todos tenemos la responsabilidad de estar preparados y listos para cualquiera de los cambios que puedan afectar nuestra vida diaria. Mantenerse informado es fundamental. Este no es un momento para entrar en pánico, sino para planificar las posibles interrupciones en nuestra vida diaria.

Lo que comenzó como un brote de enfermedad en una ciudad de China, ahora se ha extendido por todo el mundo a muchos países. California tiene un número creciente de esos casos y esperamos ver más. Localmente informamos el mes pasado de los dos casos que se identificaron en el condado de San Benito. Estos individuos se han recuperado. También sabemos que dentro de California hemos comenzado a ver personas con COVID-19 que no tienen antecedentes de viaje o contacto conocido con otras personas infectadas. Cuando vemos esto, se llama difusión comunitaria. Nuestros esfuerzos inicialmente han sido contener la infección y evitar que se propague. Esto se hace aislando a los que están enfermos y separando a los que están expuestos pero bien (en cuarentena) durante un período de incubación de 14 días para asegurarse de que no se enfermen y propaguen la enfermedad. Incluso con estas medidas vigentes, puede que no sea posible contener completamente los casos de COVID-19 y las comunidades deben prepararse para infecciones más generalizadas.

¿Qué pueden hacer las personas para prepararse?

1. Practique una buena higiene para las infecciones respiratorias. Lavarse las manos es realmente importante y efectivo. Hazlo a menudo. No te toques la cara; Esto puede poner gérmenes directamente en su boca, nariz u ojos. Si tiene tos, cúbrala con la parte interior del codo.
2. Quédese en casa del trabajo o la escuela si está enfermo. Llame con anticipación si va a ver a su médico. Las pruebas ampliadas estarán disponibles pronto, pero su médico determinará si se deben realizar las pruebas.
3. Mantente informado. Confíe en fuentes confiables para su información.
4. Mantenga las superficies limpias y desinfectadas.

-1-

5. Tener un plan familiar/en casa. Si alguien se enferma, manténgalo alejado de otros familiares no enfermos. No visite a los ancianos si está enfermo con algún síntoma respiratorio. Los ancianos son los más vulnerables a este virus.

6. Planifique para una posible interrupción de las rutinas normales si la infección continúa propagándose. Por ejemplo, las escuelas podrían cerrar; las empresas no pueden recibir envíos regulares de suministros, incluidos medicamentos. Por lo tanto:
 - Tenga a mano un buen suministro de sus medicamentos recetados. Llame a su médico o farmacia y pregunte si puede obtener un suministro adicional de medicamentos para un mes.
 - Planifique que sus hijos estén en casa y no puedan ir a la escuela. Esto puede requerir hacer arreglos con su empleador también.
 - Los viajes aéreos podrían estar más restringidos. Algunas empresas ya están restringiendo los viajes relacionados con el trabajo y están alentando el trabajo desde casa.
 - Grandes eventos y reuniones masivas podrían cancelarse.

Entonces, prepárate, planifica, mantén la calma e infórmate. La Salud Pública está trabajando para mantener segura a nuestra comunidad, pero todos tenemos una parte en esto. Es probable que las cosas empeoren antes de comenzar a mejorar. Sean amables el uno con el otro. Estamos todos juntos en esto. Es al virus al cual estamos luchando.

La salud pública y nuestros socios comunitarios, incluidos los servicios de primeros auxilios, proveedores de atención médica, escuelas, empresas, comunidades religiosas y otros, están trabajando de manera colectiva y colaborativa para la salud de nuestra comunidad.

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/>.