



Preguntas frecuentes sobre el coronavirus (COVID-19)

Actualizado: 3-11-20

El condado de Sonoma ha declarado una emergencia de salud pública local, y también una emergencia local para responder al COVID-19, comúnmente conocido como el coronavirus.

Las siguientes preguntas frecuentes (FAQ) provee respuestas útiles para mantenerlo seguro e informado. Si tiene preguntas adicionales, visite [SoCoEmergency.org](https://www.sonomacounty.org/so-co-emergency) o llame al 2-1-1 o envíe un mensaje de texto con su código postal al 898-211.

Más información oficial se puede encontrar en el sitio web de los Centros para el Control de Enfermedades (CDC): <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html>

¿Se encuentra el coronavirus en el condado de Sonoma?

Si. A partir del 5 de marzo, hay tres casos de coronavirus en el condado de Sonoma. Todos los pacientes se encuentran en salas de aislamiento y reciben tratamiento en hospitales locales.

- El 25 de febrero de 2020, un paciente confirmado positivo con coronavirus fue transferido a un hospital del condado de Sonoma desde la base de la fuerza aérea de Travis en el condado de Solano. Esa persona había sido puesta en cuarentena en la base por un corto tiempo después de regresar del crucero Diamond Princess en Japón.
- El 2 de marzo de 2020, el Departamento de Servicios de Salud del Condado de Sonoma (DHS) informó un supuesto caso positivo de nuevo coronavirus en un residente del condado de Sonoma el cual recientemente había viajado internacionalmente en el crucero Grand Princess (Cruceros Princess) a México. Este caso fue confirmado como positivo por los Centros para el Control de Enfermedades.
- El 5 de marzo de 2020, el Condado informó un segundo presunto caso positivo del nuevo coronavirus en un residente que viajó en el mismo crucero Grand Princess.

Sospechados pacientes positivos de COVID-19 (del crucero Grand Princess)	Paciente confirmado positivo (de Travis AFB; no residente del condado)	Total en el condado de Sonoma
2	1	3

El Departamento de Servicios de Salud (DHS) ha conseguido una lista de los residentes del condado de Sonoma que estuvieron en el crucero Grand Princess y la lanzadera que transporto de ida y vuelta al barco, y se están contactando a los pasajeros para que se den cuenta. Si alguna de estas personas contactadas comienza a sentir síntomas, el DHS trabajará con su proveedor de atención médica para determinar los siguientes pasos, incluidas las pruebas para detectar el coronavirus, según sea médicamente necesario.

La ventana de riesgo de 14 días por estas exposiciones se finalizará el viernes 6 de marzo de 2020 por la noche. Si los pasajeros no han exhibido síntomas para entonces, se considerará que *no corren el riesgo* de tener el virus de la exposición del crucero. Esto también significa que no son portadores del virus y no podrían transmitirlo a otros.

APOYO DEL CONDADO DE SONOMA:

¿Qué está haciendo el Condado para prepararse y responder al coronavirus?

El Condado de Sonoma ha declarado una Emergencia Local y una Emergencia Local de Salud Pública, y ha movilizó al personal en todo el Condado para ayudar a mantener a nuestra comunidad a salvo de la propagación del coronavirus. Los funcionarios de salud del condado están coordinando con el Departamento de Salud Pública de California (CDPH) y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) para monitorear los casos locales de coronavirus. Los funcionarios también están trabajando cercanamente con las escuelas locales, los proveedores de atención médica y otros socios para compartir guías y herramientas para mantener a las personas seguras.

Los funcionarios de salud del condado se están comunicando con todos los residentes del condado de Sonoma que estaban en el crucero Grand Princess y la lanzadera que transporte de ida y vuelta al barco, y se están contactando a los pasajeros para que se den cuenta. Si alguna de estas personas contactadas comienzan a tener síntomas, el DHS trabajará con su proveedor de atención médica para determinar los siguientes pasos, incluidas las pruebas para detectar el coronavirus, según sea médicamente necesario.

El Condado mantiene información oficial de emergencia para el público en [SoCoEmergency.org](https://www.socoemergency.org) y está trabajando con las jurisdicciones locales para garantizar mensajes consistentes y precisos para la comunidad. Toda la información está disponible en inglés y español, y en muchos otros idiomas usando el traductor de Google.

¿Está preparado el Condado para más casos?

Si. La prioridad es llevar a cabo una vigilancia de salud pública para determinar el alcance de la propagación local. El laboratorio de salud pública del condado pronto tendrá la capacidad de realizar la prueba de coronavirus y podrá evaluar rápidamente lo que está sucediendo en nuestra comunidad.

El DHS ha contratado a colegas de salud pública del Departamento de Salud Pública de California y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades para obtener asistencia. DHS continuará trabajando con ellos y otros socios para responder a los casos, localizar contactos y comprender lo que está sucediendo en nuestra comunidad. El Centro de Operaciones de Emergencia del Condado ha sido activado. Colegas de todo el gobierno del condado están ayudando con la respuesta.

¿Por qué el condado de Sonoma no revela los nombres de los hospitales en los que se encuentran los pacientes con coronavirus?

HIPAA (Ley de Responsabilidad y Portabilidad del Seguro de Salud) requiere que no divulguemos información del paciente que pueda usarse para identificar a un paciente, incluida la ubicación de un paciente. Cita: [45 CFR 164.514](#). Ley de Responsabilidad y Portabilidad del Seguro de Salud (HIPAA), una ley federal de 1996 que restringe el acceso a la información médica privada de las personas.

¿Qué debo hacer si soy víctima de aumento de precios o tengo información sobre posibles cambios de precios en el condado de Sonoma relacionados con la emergencia del coronavirus?

La ley de aumento de precios de California evita que las empresas se aprovechen injustamente de bienes, suministros y servicios esenciales durante una emergencia. Si usted es víctima de aumento de precios debido al coronavirus, o si tiene información sobre posibles aumentos de precios, puede presentar una queja a través de la oficina del Fiscal de Distrito del Condado de Sonoma o llamar al (707) 565-5317. Lea la declaración del Fiscal de Distrito sobre aumento de precios: <http://sonomacounty.ca.gov/DA/Press-Releases/Ravitch-Warns-Against-Price-Gouging-Coronavirus/>.

EL APOYO DEL ESTADO DE CALIFORNIA:

¿Ha declarado el estado de California una emergencia para responder al coronavirus?

Sí, el 3 de marzo de 2020, el gobernador Newsom declaró un Estado de Emergencia para ayudar al estado a prepararse para una mayor propagación del coronavirus. Esta proclamación incluye mayores protecciones contra el aumento de precios, ofrece más asistencia a los gobiernos locales y permite que trabajadores de salud vengan de otros estados. Puedes leer la declaración en:

<https://www.gov.ca.gov/2020/03/04/governor-newsom-declares-state-of-emergency-to-help-state-prepare-for-broader-spread-of-covid-19/>

ACERCA DEL CORONAVIRUS:

¿Qué son los coronavirus?

Los coronavirus son una familia grande de virus que pueden causar enfermedades que van desde el resfriado común hasta enfermedades más graves, como el síndrome respiratorio de Medio Oriente (MERS-CoV) y el síndrome respiratorio agudo severo (SARS-CoV). Un nuevo coronavirus (nCoV) es una nueva cepa que no se ha identificado previamente en humanos. Muchos coronavirus infectan naturalmente a los animales. De los siete que pueden infectar a los humanos, cuatro son tan comunes que infectan a la mayoría de las personas en algún momento. Se cree que los coronavirus se propagan por el aire al toser, estornudar y tener contacto personal cercano, o al tocar objetos o superficies contaminadas y luego tocarse la boca, la nariz o los ojos.

¿Qué sabemos sobre el nuevo coronavirus?

El brote de este nuevo virus comenzó en diciembre de 2019. Mientras que la enfermedad comenzó en China, personas con el virus han sido confirmadas en muchos países, incluido Estados Unidos.

Dado que este coronavirus es nuevo, las autoridades de salud aún están aprendiendo más sobre el virus y cómo se propaga. La situación está cambiando rápidamente y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE. UU. brindan información actualizada a medida que está disponible: www.cdc.gov/ncov

¿Cuál es la diferencia entre el COVID-19 y el SARS-CoV-2?

El nuevo COVID-19, que también se conoce como el nuevo coronavirus, es la enfermedad causada por el virus SARS-CoV-2. Síndrome respiratorio agudo severo coronavirus 2 (SARS-CoV-2) se refiere al virus, mientras que la enfermedad del coronavirus-19 (COVID-19) se refiere a la enfermedad.

¿Cuáles son los síntomas del nuevo coronavirus?

Mientras muchos que tienen el virus pueden tener síntomas muy leves, algunos sufren síntomas que son más graves. Los síntomas incluyen fiebre, fatiga, tos y dolores. La enfermedad puede progresar a falta de aliento, neumonía y complicaciones relacionadas. Los síntomas también pueden incluir náuseas con vómitos y diarrea. Los que tienen más probabilidades de tener síntomas más graves incluyen a las personas mayores y aquellos con afecciones de salud subyacentes. Hasta este punto, los niños no parecen ser particularmente vulnerables a enfermedades graves. A medida que se recopilen más datos sobre el brote, se sabrá más información sobre quién es el más afectado.

¿Cómo se trata el nuevo coronavirus?

No existe una vacuna para el nuevo coronavirus y no existe una cura específica para COVID-19, la enfermedad causada por el nuevo coronavirus. Sin embargo, muchos de los síntomas pueden tratarse. Para casos severos, atención médica se puede necesitar para aliviar los síntomas y apoyar las funciones de órganos vitales hasta que el paciente se recupere.

¿Qué es una pandemia?

En China, lo que hemos visto es una epidemia – un brote que se ha extendido a través de una gran área geográfica. Cuando el brote se propaga a nivel mundial, se convierte en una pandemia. Una pandemia tiene más que ver con la propagación de la enfermedad y NO con la gravedad de la enfermedad pueda tener.

Es posible que haya escuchado que los CDC han alertado al país para prepararse para una pandemia posible. Mientras que debemos preocuparnos por la posibilidad de que el nuevo coronavirus se extienda más ampliamente, esta noticia es más un *llamado a la acción* que un motivo de alarma y, además, es una oportunidad para pensar en lo que podemos hacer para estar preparados. Debido a que aún no sabemos qué tan grave puede ser la enfermedad, es mejor estar sobre preparado que poco preparado.

¿Cuánto tiempo vive el coronavirus en la superficie o fuera del cuerpo?

La Organización de Salud Mundial dice que estudios han demostrado que COVID-19 puede durar unas horas o varios días en las superficies. Todo depende en la temperatura, el tipo de superficie, y humedad. Es buena idea usar un simple desinfectante en todas las superficies alcanzables.

¿Cómo afecta a el virus COVID-19 el clima cálido?

En este tiempo, no se sabe si la propagación del COVID-19 disminuirá cuando el clima se vuelva más cálido. Ay mucho más de aprender sobre la transmisión, severidad, y otras características asociadas con COVID-19 e investigaciones se están llevando a cabo.

¿Qué debe hacer alguien si no tiene un médico o un seguro y sufre síntomas de coronavirus?

Si alguien no tiene un proveedor o seguro, debe llamar al centro de salud comunitario más cercano. Puede encontrar una lista de números en:

<https://sonomacounty.ca.gov/Health/Disease-Control/Community-Clinics/>

Las clínicas pueden cobrar un pago por la visita o la prueba. Las personas deben hacer esa pregunta cuando llamen al centro de salud.

Todos los seguros médicos comerciales y de Medi-Cal regulados por el Departamento de Atención Administrada de Salud eliminara reparto de costos para pruebas medicamente necesarias.

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/OPA/Pages/NR20-012.aspx> Adicionalmente, el seguro médico Medicare cubre la prueba para saber si tiene el Coronavirus. Esta prueba está cubierta cuando su doctor o proveedor de salud la ordena.

<https://www.medicare.gov/coverage/coronavirus-test>

¿Medi-Cal o seguros médicos privados cubren las pruebas para Coronavirus (COVID-19)?

- El 5 de marzo del 2020, Gobernador Gavin Newsom declaro, “Hemos ordenado a las compañías de seguros médicos que eliminen TODOS los costos de bolsillo para las pruebas preventivas de coronavirus.” California es el estado más reciente en declarar que las compañías de seguros médicos eliminen los costos de bolsillo para pruebas relacionadas con el coronavirus.
- Todos los seguros médicos comerciales y Medi-Cal han eliminado el costo de bolsillo para las pruebas y detección del COVID-19. Esto incluye eliminar el costo de bolsillo para la sala de emergencia, atención urgente o visitas a su proveedor de salud cuando la visita es para detectar o tomar la prueba para COVID-19.
-

¿Qué pueden hacer las personas sin hogar o las personas que viven en un hogar poco convencional los cuales talvez no puedan ser capaces de ponerse en cuarentena si tienen síntomas de coronavirus?

Se cree que la propagación de la enfermedad de persona a persona ocurre cuando alguien tose / estornuda y los gérmenes entran a su cuerpo. Si vive en una situación de vivienda cerrada,

querrá limpiar las áreas comunes varias veces durante el día. Como siempre, si está enfermo, debe limitar su contacto con otras personas para evitar propagar sus gérmenes.

Si usted o alguien que conozca no tiene hogar y desea obtener más información acerca de otros servicios para los que pueda calificar, llame al Programa de Intervención Comunitaria del Condado al (707) 565-4811.

PROTEJASE SI MISMO Y A SU FAMILIA:

¿Qué puedo hacer para protegerme y proteger a mi familia?

Comience buenas prácticas de higiene ahora y comience a preparar a su familia y a su hogar en los próximos días y semanas.

1. Practique una buena higiene:

- Quédese en casa cuando esté enfermo.
- Cubra tos y estornudos con un pañuelo o manga.
- Mantenga sus manos limpias. Lávese las manos con agua y jabón o con desinfectante para manos cuando no haya agua y jabón disponibles. Y no se olvide de limpiar su teléfono celular, si usa uno.
- Manténgase alejado de las personas que están enfermas.
- No se toque la cara (nariz, ojos, boca) porque los virus pueden propagarse cuando se toca la boca, la nariz o los ojos. Reúnase con miembros del hogar, otros parientes y amigos para discutir qué debe hacerse si ocurre una pandemia y cuáles serán las necesidades de cada persona.

2. Planifique cómo cuidar a miembros de la familia si se enferman:

- Discutan cómo cuidarán a sus familiares o seres queridos si se enferman, incluyendo cómo proteger a los que los atienden.
- Piense en una habitación en su hogar que se pueda usar para separar a los miembros enfermos del hogar de los que están sanos. Si es posible, también elija un baño que solo use la persona enferma. Planee limpiar estas habitaciones diariamente. Aprenda a cuidar a alguien en casa.
- Identifique cuidado infantil alternativo o considere mantener a sus hijos en casa.
- Si su vecindario tiene un sitio web o una página de redes sociales, considere hacerse miembro a ella para mantenerse en contacto con sus vecinos, información y recursos. El Condado publica mensajes regulares en su sitio web, así como en Facebook, Twitter y Nextdoor.

- Identifique organizaciones en su comunidad que puedan ayudar. Considere incluir organizaciones que brinden servicios de salud mental o asesoramiento, alimentos y otros suministros.
- Hacer una lista de contactos de emergencia. Asegúrese de que su familia tenga una lista al día de contactos de emergencia para familiares, amigos, vecinos, conductores de viajes compartidos, proveedores de atención médica, maestros, empleadores y otros recursos de la comunidad.

3. Abastecerse de los suministros recomendados:

- Mantenga en su hogar un suministro de alimentos para 2 semanas. No necesita comprar agua embotellada. El agua de la llave es segura y el coronavirus no se transmite a través del suministro de agua.
- Revise periódicamente sus medicamentos recetados regulares para garantizar un suministro continuo en su hogar. Si puede, tenga un suministro de al menos un mes de sus medicamentos recetados.
- Tenga a mano cualquier medicamento sin receta y otros suministros de salud, incluidos analgésicos, remedios estomacales, medicamentos para la tos y el resfriado, líquidos con electrolitos y vitaminas, y también un termómetro para monitorear la temperatura de cualquier persona que tenga fiebre.
- Asegure un suministro de materiales de limpieza (jabón, toallitas antibacterianas, desinfectantes para manos, lejía, guantes de goma, mascarillas desechables, pañuelos desechables, papel higiénico y medicamentos para el resfriado).

4. Practique el autocuidado para reducir el estrés:

- Puede ser tan simple como tomarse el tiempo durante todo el día para respirar profundamente, hablar con un amigo o ser querido, dormir lo suficiente, tomar una taza de té, escuchar música. Aquí hay algunas otras ideas para cuidar la salud mental durante un tiempo de incertidumbre: [Poder con el estrés](#). Si sufre ansiedad extrema, llame a su proveedor de atención médica.

¿Es seguro beber agua de la llave?

Si. El coronavirus, una enfermedad respiratoria como la gripe o el resfriado, no se transmite a través del agua de la llave. Sonoma Water, nuestro proveedor de agua potable, utiliza cloro para eliminar agentes patógenos, que incluyen virus. Esto garantiza agua potable segura para todos nuestros clientes. No hay impactos del coronavirus en el sistema público de agua de la ciudad.

¿Qué debo hacer si no me siento bien?

- Si está enfermo y necesita atención médica, llame a su proveedor médico para obtener dirección.

- Si tiene fiebre, vaya a su casa de inmediato y permanezca allí hasta al menos 24 horas **después** de que la fiebre desaparezca naturalmente sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre. Por ejemplo, si su fiebre dura tres días, debe quedarse en casa por lo menos cuatro días.
- No asista ni organice grandes reuniones de personas. Aquí es donde a menudo se propagan el resfriado, la gripe y otros virus respiratorios.

¿Necesito usar una máscara?

Posiblemente vera que algunas personas compran y usan máscaras faciales, pero debe saber que los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) actualmente no recomiendan que las personas sanas usen una máscara para prevenir el nuevo coronavirus. Las máscaras no son infalibles, y no hay pruebas sólidas de que usar una en público evite que se enferme. No recomendamos que las personas sanas usen mascarillas o respiradores para protegerse del nuevo coronavirus. Las personas que muestran síntomas de coronavirus deben usar mascarillas quirúrgicas para ayudar a prevenir la propagación de la enfermedad a otras personas. El uso de máscaras faciales también es crucial para los [trabajadores de la salud](#) y [las personas que cuidan a alguien en entornos cercanos](#) (en el hogar o en un centro de salud).

¿Debo preocuparme por la transmisión del nuevo coronavirus?

Sabemos que todos están preocupados por el nuevo coronavirus. Lo mejor que podemos hacer todos es tomar acción para practicar medidas seguras de higiene y prevención para mantenernos seguros a nosotros y a los miembros de nuestras familias. Si usted es de más alto riesgo, precauciones adicionales sobre áreas públicas están recomendadas abajo.

El Departamento de Servicios de Salud del Condado de Sonoma ha contratado a colegas de salud pública del Departamento de Salud Pública de California y los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades para obtener asistencia. DHS continuará trabajando con ellos y otros socios para responder a los casos, perseguir contactos y comprender lo que está sucediendo en nuestra comunidad. El Centro de Operaciones de Emergencia del Condado ha sido activado para planificar y responder a esta situación de salud pública. Colegas de todo el gobierno del condado están ayudando con la respuesta.

¿Qué pasa con la transmisión por personas que no tienen síntomas?

Aunque ha documentado la propagación de una persona que aún no tiene síntomas (transmisión pre-sintomática) a otras, no sabemos con qué frecuencia o facilidad ocurre esto.

El virus está generando miedo y ansiedad para la gente. ¿Dónde puedo obtener apoyo emocional?

Cuando escucha, lee, o ve las noticias sobre un brote de una enfermedad infecciosa tal como el Coronavirus, puede sentirse ansioso y demostrar señales de estrés-aun cuando este en bajo riesgo de enfermarse. Estas señales de estrés son normales. Ante un brote de una enfermedad infecciosa, supervise su propia salud física y emocional. Conozca las señales de estrés en sí mismo y sus seres queridos. Sepa como aliviar estrés, y saber cuándo pedir ayuda. Hay una Línea De Ayuda Nacional de Desastres

SAMHSA's Línea de asistencia para Angustia de Desastres

Teléfono gratuito: 1-800-985-5990 (Inglés y español)

SMS: Text "TalkWithUs" a 66746

SMS (español): "Hablamos" al 66746

TTY: 1-800-846-8517

Sitio de Internet en Inglés: [https://](https://www.disasterdistress.samhsa.gov)

www.disasterdistress.samhsa.gov

Sitio de Internet en español: <https://www.samhsa.gov/find-help/disaster-distress-helpline/espanol>

¿Qué debo hacer si alguien en mi hogar se enferma con coronavirus o enfermedad respiratoria?

Si alguien en su hogar se enferma con coronavirus u otra enfermedad respiratoria, hay varias medidas que puede tomar para cuidarlo y evitar que se enferme.

- Asegúrese de que comprenda y pueda ayudar al paciente a seguir las instrucciones de su proveedor de atención médica para los medicamentos y la atención. Ayude al paciente con necesidades básicas en el hogar y dele apoyo para obtener alimentos, recetas y otras necesidades personales.
- Monitorizar los síntomas del paciente. Si el paciente se enferma más, llame a su proveedor de atención médica antes de viajar al consultorio del proveedor de atención médica. Esto ayudará al personal a tomar medidas para evitar que otras personas en la oficina o sala de espera se infecten.
- Cuando sea posible, los miembros del hogar deben tratar de permanecer en otra habitación o estar separados del paciente tanto como sea posible.
- Si las personas no tienen una necesidad importante para estar en el hogar, no deben visitar mientras una persona está enferma.
- Asegúrese de que los lugares compartidos en el hogar tengan un buen flujo de aire, como por un aire acondicionado o una ventana abierta, si el clima lo permite.
- Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón y frótese las manos por lo menos 20 segundos.
- Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante a base de alcohol para manos que contenga al menos 60% de alcohol. Cubra todas las superficies de sus manos y frótelas hasta que se sientan secas. Si las manos están visiblemente sucias, es preferible usar agua y jabón.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sucias.
- Evite compartir artículos del hogar con el paciente. No comparta platos, vasos, tazas, utensilios para comer, toallas, ropa de cama u otros artículos. Después de que el paciente use estos artículos, debe lavarlos a fondo.
- Cada día use un spray o una toallita de limpieza doméstica, de acuerdo con las instrucciones de la etiqueta, para limpiar todas las superficies de alto contacto, como mostradores, mesas, manijas de las puertas, accesorios de baño, inodoros, teléfonos,

teclados, tabletas y mesitas de noche. Además, limpie cualquier superficie que pueda tener sangre, heces o fluidos corporales.

- Lave bien la ropa.
- Use guantes desechables mientras maneje artículos sucios y mantenga los artículos sucios lejos de su cuerpo. Lávese las manos (con agua y jabón o un desinfectante para manos a base de alcohol) inmediatamente después de quitarse los guantes.
- Quítese y lave inmediatamente la ropa o ropa de cama que tenga sangre, heces o líquidos corporales.
- Lea y siga las instrucciones en las etiquetas de la ropa sucia o artículos de ropa y detergente. En general, use un detergente para ropa normal de acuerdo con las instrucciones de la lavadora y seque completamente usando las temperaturas más cálidas recomendadas en la etiqueta de la ropa.
- Coloque todos los guantes desechables usados y otros artículos contaminados en un recipiente forrado antes de desecharlos con otra basura. Lávese las manos (con agua y jabón o un desinfectante para manos a base de alcohol) inmediatamente después de manejar estos artículos.

Para obtener la guía más completa sobre cómo prevenir la propagación del coronavirus, visite el sitio web de los CDC en <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/hcp/guidance-prevent-spread.html#f1>.

¿Me puede dar el coronavirus mi mascota?/¿Le puedo dar yo el coronavirus a mi mascota?

Hasta la fecha, los CDC no han recibido ningún informe de mascotas u otros animales que se enfermen del coronavirus. En este momento, no hay evidencia de que los animales de compañía, incluidas las mascotas, puedan transmitir el coronavirus. Sin embargo, dado que los animales pueden transmitir otras enfermedades a las personas, siempre es una buena idea lavarse las manos después de estar cerca de animales.

Según los CDC, aunque no ha habido informes de mascotas u otros animales que se enfermen con el coronavirus, aún se recomienda que las personas enfermas con el coronavirus limiten el contacto con los animales hasta que se sepa más información sobre el virus. Cuando sea posible, haga que otro miembro de su hogar cuide a sus animales mientras esté enfermo con el coronavirus. Si debe cuidar a su mascota o estar cerca de animales mientras está enfermo, lávese las manos antes y después de interactuar con las mascotas y use una máscara facial.

Para obtener más información, visite <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/faq.html#animals>

VIAJES:

¿Existen restricciones de vuelo en el Aeropuerto del Condado de Sonoma (STS)?

STS no es un aeropuerto internacional y actualmente no ha restringido ningún vuelo entrante o saliente.

¿Terminaran viajes en el Aeropuerto del Condado de Sonoma?

El Aeropuerto continuara trabajando con sus socios locales, estatales y federales para rastrear y supervisar las alertas e información relacionada con esta Emergencia Local y Emergencia Local de Salud Pública.

¿Qué medidas de limpieza adicionales se están llevando a cabo en el Aeropuerto del Condado de Sonoma?

El Aeropuerto está tomando precauciones diariamente al conducir limpieza en los “puntos de contacto” e instalando dispensadores adicionales de desinfectante de manos.

¿Qué está haciendo la Aerolínea para mantener los pasajeros y empleados del Aeropuerto del Condado de Sonoma seguros?

Aerolíneas están en contacto cercano con las autoridades estadounidenses e internacionales, igual con los oficiales de salud pública, y continuaran a coordinar con los requisitos de salud y seguridad relacionados con el coronavirus. Aerolíneas están monitoreando la situación del coronavirus cercanamente y harán revisiones según sea necesario.

Para información específica sobre Aerolíneas, restricciones de viajar y exención de pago, por favor visite:

Alaska Airlines: <https://bit.ly/2TWXsVc>
American Airlines: <https://bit.ly/2IzSA34>
United: <https://uafly.co/2Q0nTIA>

¿Es seguro usar los servicios de tránsito del condado de Sonoma?

Si. Los Servicios de Transito del Condado de Sonoma limpian y desinfectan sus autobuses todos los días. El equipo de protección personal (por ejemplo, mascarillas) está disponible para todos los conductores. Se anima a los pasajeros a utilizar las directrices de higiene personal de los CDC, incluso mediante la señalización a bordo. Todos los autobuses de para tránsito tienen dispensadores de desinfectante de manos a bordo.

¿Debería cancelar mi próximo viaje?

Los CDC mantienen una lista de preguntas frecuentes sobre viajes, incluyendo recomendaciones de países para evitar viajes no esenciales, viajes en cruceros, regresos de viajes, etc., en <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/faqs.html>

Además, los CDC recomiendan que los viajeros practiquen precauciones mejoradas si visitan Japón. Para ver los avisos de viaje más actualizados, visite:

- [Información de los CDC para viajeros](#)
- [Avisos de viaje del Departamento de Estado de EE. UU.](#)

¿Qué pasa si recientemente viajé a China y me enfermé?

Si estuvo en China continental y se siente enfermo con fiebre, tos o dificultad para respirar dentro de los 14 días posteriores a su partida, debe:

- Busque asesoramiento médico – asegúrese de llamar con anticipación antes de ir al consultorio de un médico o a la sala de emergencias. Cuéntales sobre su viaje reciente y sus síntomas.
- Evite el contacto con otros.

Después de retornar de China, ¿cuándo pueden las personas regresar a sus actividades normales?

Cualquier persona que regrese de China continental debe permanecer en su hogar durante 14 días y no ir a la escuela o al trabajo, ni a otros lugares públicos como la tienda de comestibles, ni utilizar transporte público. También deberían de aislarse de otros en el mismo hogar.

Si un viajero que regresa tiene preguntas, debería llamar o enviar un mensaje de texto al 2-1-1 Línea directa de información y recursos de Sonoma, o visitar 211sonoma.org en línea.

Los viajeros de la provincia de Hubei serán puestos en cuarentena por el gobierno federal y no podrán abandonar la instalación de cuarentena durante 14 días.

¿Necesito una nota del médico para volver al trabajo o a la escuela después de viajar a China?

Los empleados y estudiantes que no están enfermos no necesitan una nota del médico para regresar al trabajo o a la escuela después de permanecer en casa durante 14 días. Para obtener más información, visite SoCoEmergency.org/coronavirus.

CUARENTENA Y AISLAMIENTO:

¿Cuál es la diferencia entre cuarentena y aislamiento?

La cuarentena se usa cuando alguien ha sido expuesto a una enfermedad contagiosa, pero todavía está bien. La cuarentena separa y restringe el movimiento de las personas expuestas durante el tiempo en que pueden enfermarse. Dura tanto como sea necesario para asegurarse de que la persona no tenga la enfermedad.

Las personas en cuarentena por el nuevo coronavirus reciben instrucciones legales y específicas para quedarse en casa y mantenerse alejado de los demás. El DHS los contacta regularmente para asegurarse de que están en casa y para ver si se han enfermado. Si es necesario, se pueden tomar extra medidas legales para asegurar que se queden en casa y lejos de los demás.

¿Qué significa cuando alguien está aislado?

El aislamiento se utiliza para separar a las personas que están enfermas de una enfermedad contagiosa de las que están sanas. El aislamiento restringe el movimiento de personas enfermas para ayudar a detener la propagación de la enfermedad. Las personas pueden estar aisladas en su hogar, en un hospital o en otro lugar, siempre y cuando permita que la persona enferma se separe de quienes se encuentran bien. El período de aislamiento dura hasta que la persona enferma se haya recuperado y ya no sea contagiosa.

¿Qué es el distanciamiento social?

El distanciamiento social es una forma de retrasar la propagación de un virus. El distanciamiento social incluye cosas personales que puede hacer y acciones más amplias de salud pública que se pueden tomar. Además de las precauciones generales de salud, los miembros del público pueden tomar estas medidas para protegerse y proteger a otros:

- Evite grandes lugares públicos como teatros o eventos deportivos.
- Posponer o cambiar reuniones o eventos sociales.
- Manténgase alejado de las personas que muestran síntomas de una enfermedad.
- Si trabaja cerca de otros, trate de mantener una distancia de aproximadamente tres pies de la persona más cercana mientras está en el trabajo.
- Evite visitar hospitales, centros de atención a largo plazo u hogares de ancianos en la medida posible. Si necesita ir, limite su tiempo allí y manténgase a seis pies de distancia de los pacientes.

Es importante considerar su estado emocional sobre el impacto de distanciamiento social ya que esto podría hacer a la gente sentir emociones extremas. Lea más sobre cómo cuidar de su salud emocional y la de sus seres queridos cuando distanciamiento social, cuarentena o aislamiento es necesario.

POBLACIONES DE MAYOR RIESGO:

¿Quién está en mayor riesgo?

Las personas con mayor riesgo de enfermedad grave deben quedarse en casa y lejos de grupos grandes de personas lo tanto como sea posible, incluidos los lugares públicos con muchas personas y grandes reuniones donde habrá contacto cercano con otras personas. Las personas con mayor riesgo incluyen:

- Personas mayores de 60 años.
- Personas con estados de salud subyacentes, como enfermedades cardíacas, pulmonares o diabetes.
- Personas que tienen sistemas inmunes debilitados.
- Personas que están embarazadas.

¿Qué debo hacer si soy de mayor riesgo?

El Departamento de Servicios de Salud del Condado de Sonoma (DHS) recomienda que las personas con mayor riesgo eviten las reuniones masivas como desfiles, eventos deportivos y conciertos en los que un gran número de personas están al alcance de la mano. Esto no incluiría entornos de oficina típicos, supermercados o centros comerciales, donde es inusual que un gran número de personas se encuentren al alcance de la mano en cualquier momento.

Dirijo una organización que atiende principalmente a personas mayores o personas con problemas médicos (por ejemplo, hogares de ancianos). ¿Qué debo hacer?

El Departamento de Servicios de Salud del Condado de Sonoma (DHS) recomienda que las organizaciones que atienden principalmente a personas mayores o personas médicamente vulnerables consideren implementar las siguientes prácticas de distanciamiento social:

- asegúrese de que estén muy atentos al seguir las recomendaciones sobre la limpieza de superficies de alto contacto, incluidos mostradores, mesas, manija de las puertas, accesorios de baño, inodoros, teléfonos, teclados, tabletas y mesitas de noche;
- tome todas las medidas necesarias para garantizar que todos los empleados, visitantes y personas atendidas que presenten síntomas de enfermedad se queden en casa y eviten el contacto con otras personas; y
- mejore la evaluación de los visitantes, el personal y los residentes para detectar síntomas de enfermedad respiratoria aguda (por ejemplo, fiebre, tos, dificultad para respirar).

¿Si soy de mayor riesgo, como puedo planear con anticipación en caso de que me enferme?

Planificar sobre a quién le puede pedir ayuda en caso de que se enferme. Esto puede incluir amigos, familiares, vecinos, trabajadores comunitarios de salud, etc.

- Si tiene un cuidador quien le ayuda con sus necesidades diarias, planificar sobre quien puede proveer cuidado si esa persona esta mala.
- Comunique su plan con todos quien ayudarían con su cuidado.
- Manténgase en contacto con sus cuidadores por teléfono o correo electrónico.
- Tenga un surtido de medicamentos importantes y suministros de salud a mano.
- Siga las precauciones del CDC (Centro de Control de enfermedades) para prevenir la propagación del virus.
- Si tiene síntomas, busque atención médica. Use una máscara protectora si visita un centro de salud.
- Contacte su proveedor de salud médica para información sobre el monitoreo de sus síntomas del coronavirus.

ESCUELAS Y PADRES:

Tenga en cuenta que ha habido informes de personas que fueron estigmatizadas y discriminadas como resultado del nuevo coronavirus. Todos podemos hacer nuestra parte para proteger nuestra propia salud y la salud de la comunidad recordándonos mutuamente que la discriminación es inaceptable y contraproducente para proteger la salud del público.

¿Qué están haciendo las escuelas del condado de Sonoma para prepararse para el coronavirus?

La Oficina de Educación del Condado de Sonoma (SCOE) ha publicado una guía para escuelas y familias en el sitio web de SCOE, www.scoe.org. Específicamente en esta página: https://www.scoe.org/pub/htdocs/news-archive.html?news_id=1275.

SCOE está trabajando en estrecha colaboración con el departamento de salud del condado y la oficina de servicios de emergencia para garantizar que las escuelas estén preparadas para cualquier caso de coronavirus dentro del condado de Sonoma.

Este enlace contiene información útil sobre "Hablando con niños: consejos para cuidadores, padres y maestros durante brotes de enfermedades infecciosas"

<https://www.samhsa.gov/node/669990>

¿Cuándo debo retener a mi hijo en casa fuera de la escuela?

Si alguien está enfermo con fiebre, tos u otros síntomas, debe quedarse en casa del trabajo o la escuela y otras actividades públicas hasta al menos 24 horas después de haberse recuperado.

¿Dónde puedo encontrar más recursos sobre el coronavirus para guarderías, escuelas y universidades?

- Orientación sobre el coronavirus del Centro para el Control de Enfermedades (CDC) para [guarderías y escuelas K-12](#) | [Institutos de educación superior](#)
- [Prevención de la gripe de los CDC para escuelas](#)
- Guía de planificación de los CDC - [Prepárese para la gripe pandémica: entornos educativos](#)
- Lista de control de la gripe pandémica de los CDC - [Cuidado infantil](#) | [Escuelas K-12](#)

LUGAR DE TRABAJO:

¿Qué deben hacer las empresas del condado de Sonoma para prepararse para el coronavirus?

Las empresas deben prepararse para una transmisión generalizada en nuestra comunidad. La planificación debe considerar reemplazar las reuniones en persona con video o conferencias telefónicas; una mayor capacidad para las opciones de teletrabajo; y, modificando las políticas de absentismo y mejorando la limpieza de superficies.

- [CDC Orientación para empresas y empleadores](#)
- [CDC Prevención de la gripe en el lugar de trabajo](#)
- [Guía de planificación de los CDC - Prepárese para la gripe pandémica: configuración del lugar de trabajo](#)
- [Información sobre el coronavirus de la Administración de Seguridad y Salud Ocupacional \(OSHA\)](#)

PROVEEDORES DE SERVICIOS DE SALUD:

Soy un proveedor de atención médica. ¿Dónde puedo encontrar información?

Tenemos información sobre coronavirus para médicos en: SoCoEmergency.org/coronavirus. Para obtener más detalles, incluidas las recomendaciones provisionales de prevención de infecciones, visite la página web de coronavirus de los CDC para proveedores: www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov.

EMPLEADORES Y EMPLEADOS:

¿Qué pasa si mi habilidad para trabajar es afectada por la emergencia del coronavirus?

Es posible que El Departamento de desarrollo de empleo de California (EDD) pueda ayudarlo si está enfermo o en cuarentena, cuidando de un familiar enfermo o en cuarentena o tiene horarios de trabajo reducidos. Empleados quienes están enfermos o en cuarentena pueden presentar al Seguro de Incapacidad un reclamo para beneficios a corto plazo. Cuidadores pueden reclamar Permiso Familiar Pagado hasta seis semanas de beneficios. Si un negocio cierra o tiene horarios reducidos, empleados pueden presentar un reclamo para Seguro de Desempleo para beneficios semanales. Aprenda más en https://edd.ca.gov/about_edd/coronavirus-2019.htm, <https://www.labor.ca.gov/coronavirus2019/> o visite su oficina local de Desarrollo de Empleo (EDD).

¿Qué pasa si mi negocio es afectado por la emergencia del coronavirus?

Es posible que El Departamento de desarrollo de empleo de California (EDD) pueda ayudar si está experimentando una disminución o horarios reducidos en su negocio. Considere el Programa de Trabajo Compartido como un alternativo al descanso de trabajo. Si está pensando en la clausura o un descanso de trabajo, obtenga ayuda con el Programa de Respuesta Rápida, Hoja Informativa de Servicios de Respuesta Rápida (DE 87144RRB) (PDF), o contacte a su agencia local de Centros de Trabajo de América en California, o el sitio de internet para el programa de trabajos para el Condado de Sonoma. Puede leer más en: <https://www.labor.ca.gov/coronavirus2019/>