

DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS DE NEBRASKA
Orden de Medidas Sanitarias Dirigidas 2020-2RHD-025

De conformidad con Nebraska Rev. Stat. §§ 71-502 y 81-601 y Título 173 Administración de Nebraska Código cap. 6 del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska ("Departamento") puede ejercer su autoridad para ordenar Medidas Sanitarias Dirigidas, necesarias para prevenir la propagación de enfermedades transmisibles, enfermedades o intoxicaciones. Los objetivos de esta orden son reducir la morbilidad y mortalidad; minimizar la transmisión de enfermedades; proteger al personal sanitario y preservar el funcionamiento del sistema de atención de salud.

Habiendo examinado la información de los Centros de Control y Prevención de Enfermedades del Departamento de Salud y Servicios Humanos de los Estados Unidos ("CDC" por sus siglas en inglés), los departamentos locales de salud pública, los proveedores de atención de la salud y los centros de atención de la salud, y otras autoridades de salud pública, seguridad y aplicación de la ley; habiendo consultado con el personal médico del Departamento y con el de lucha contra las enfermedades transmisibles, y habiendo examinado las instrucciones y directrices emitidas por el CDC y por otras autoridades de salud pública, el Director concluye lo siguiente:

Que un miembro o miembros del público han estado expuestos a una enfermedad transmisible conocida como COVID-19; actualmente existen casos confirmados de "propagación comunitaria" o "transmisión comunitaria" del COVID-19 en las zonas sujetas a estas Medidas Sanitarias Dirigidas.

Que múltiples zonas de los Estados Unidos están experimentando una "propagación comunitaria" del virus que causa el COVID-19. La propagación comunitaria, definida como la transmisión de una enfermedad cuya fuente es desconocida, significa que el aislamiento de las personas que viajan desde zonas infectadas ya no es suficiente, para controlar la propagación.

Esa exposición presenta un riesgo de muerte o discapacidades graves a largo plazo para cualquier persona; la exposición está muy extendida y plantea un riesgo de daño significativo a las personas de la población en general; hay un subconjunto particular de la población que es más vulnerable a la amenaza y, por lo tanto, se encuentra en mayor riesgo; y la amenaza proviene de una enfermedad infecciosa novedosa.

Que la aplicación inmediata de las siguientes Medidas Sanitarias Dirigidas es necesaria para garantizar que los ciudadanos no se reúnan en gran número, muy cerca unos de otros, o en espacios reducidos, poniendo en peligro la salud de ellos mismos y del público en general.

Que uno de los objetivos de las siguientes Medidas Sanitarias Dirigidas es minimizar la interacción de persona a persona, que es el principal medio de transmisión del COVID-19.

Que las reuniones, los lugares de entretenimiento, los restaurantes y los bares aumenten y fomenten la conversación, el contacto y otras interacciones sociales en entornos que tienen multitud de superficies duras.

La exigencia de que los individuos en edad escolar y otras personas se aislaran cuando se requiera, esto según las Instrucciones de Cuarentena y Aislamiento adjuntas, es el medio

práctico menos restrictivo de aislar a aquellos individuos y que protegen eficazmente a las personas no expuestas y susceptibles.

Que el exigirles a los individuos en edad escolar y demás personas que han tenido un contacto estrecho haciendo cuarentena en el hogar, a menos que se pongan en cuarentena en un centro de salud, siguiendo las Instrucciones de Cuarentena y Aislamiento, adjuntas, es el medio práctico menos restrictivo de poner en cuarentena a los individuos y que protegen eficazmente a las personas no expuestas y susceptibles. La cuarentena en el hogar se realizará conforme a las Instrucciones de Cuarentena y Aislamiento, adjuntas.

Que el Aislamiento o Cuarentena según las Instrucciones de Cuarentena y Aislamiento, adjuntas, permitirá la mayor libertad de movimiento y comunicación con los miembros de la familia y otros contactos sin permitir que haya transmisión del COVID-19 a los demás, y un aislamiento o cuarentena domiciliaria permitirá el nivel adecuado de atención médica necesaria para las personas que se encuentren en cuarentena, a menos que sea necesario internar a las personas aisladas o en cuarentena en un centro de atención médica.

Que la capacidad hospitalaria y los recursos de atención de la salud, incluyendo las horas del personal sanitario y / o los suministros médicos, como el equipo de protección personal, se están agotando debido a cirugías optativas y procedimientos electivos, y que la escasez de la capacidad hospitalaria o recursos de atención de la salud obstaculizarán los esfuerzos del personal sanitario y de centros de atención de la salud para atender a las personas que tienen un resultado positivo del COVID-19.

Que un retraso en la imposición de una Medida Sanitaria Dirigida efectiva, pondría significativamente en peligro la capacidad de prevenir o limitar la transmisión del COVID-19 o plantear riesgos inaceptables para cualquier persona o personas.

Esa aplicación rápida y eficiente de las vacunas contra el COVID-19 a la población elegible reduciría significativamente la muerte y las hospitalizaciones debidas al COVID-19.

Ese seguimiento preciso de la vacunación contra el COVID-19 en todo el estado reduciría significativamente el desperdicio de las vacunas.

El priorizar las vacunas es el método menos restrictivo para garantizar la eficacia de las vacunas en todo el estado y para garantizar que las vacunas en todo el estado se lleven a cabo de tal manera que se mitigue el riesgo de quienes son más vulnerables mientras se manejan los recursos de las vacunas disponibles.

Que las siguientes Medidas Sanitarias Dirigidas se identifican como eficaces contra las amenazas a la salud pública por el CDC y otras autoridades similares de salud pública para prevenir, limitar o frenar eficazmente la propagación del COVID-19.

- I. Basándonos en las condiciones de las siguientes áreas, se ordenan las siguientes Medidas Sanitarias Dirigidas por medio de la presente para el Condados de Buffalo, Dawson, Franklin, Gosper, Harlan, Kearney, y Phelps, efectivas a las 12:01 a.m. del 28 de abril de 2021 y continuando hasta las 11:59 p.m. del 31 de mayo de 2021; a menos que se renueve, prorrogue o termine por orden posterior, se les ordena cumplir a todas las personas en el o los condados mencionados.

1. Por medio de la presente se restringen las reuniones;

"Un encuentro" se define como cualquier evento o convocatoria que reúna a más de diez (10) empleadores, clientes u otros invitados, excluyendo al personal, en una sola sala o espacio individual al mismo tiempo, incluyendo, entre otros, ferias agrícolas, otras ferias, festivales, auditorios, estadios, salas de conferencias grandes, salas de reuniones, bibliotecas, espacios interiores o exteriores, pistas, zoológicos, acuarios, piscinas, subastas interiores o exteriores, teatros o cualquier otro espacio confinado interior o exterior.

La ocupación de las instalaciones en interiores o exteriores, no está sin embargo, instalaciones en interiores tienen que presentar un "plan para reabrir" antes de reabrir.

Planes de reapertura: en los condados que tengan una población menor a quinientos mil (500 000), interior los lugares que tengan una capacidad nominal de quinientos (500) o más personas deben presentarle un "plan de reapertura" al Departamento de Salud Pública Local correspondiente ANTES de reabrir. El plan debe contener como mínimo lo siguiente: número planificado de invitados o asistentes, cómo cumplirá el lugar con las pautas de distanciamiento social aplicables, pautas de saneamiento y cualquier otro requisito de DHM aplicable. Todos los planes los debe aprobar el Departamento Local de Salud Pública antes de la reapertura.

Para los condados con una población de quinientos mil (500 000) o más individuos, interior los lugares que tengan una capacidad nominal de mil (1000) o más personas deben presentarle un "plan de reapertura" al Departamento de Salud Pública Local correspondiente ANTES de reabrir. El plan debe contener como mínimo: el número planificado de invitados o asistentes, cómo cumplirá el lugar con las pautas de distanciamiento social aplicables, pautas de saneamiento y cualquier otro requisito de DHM aplicable. Todos los planes los debe aprobar el Departamento Local de Salud Pública antes de la reapertura.

En aras de la claridad, la reunión no incluye las operaciones normales en aeropuertos, estaciones de autobuses y trenes, instalaciones y servicios de atención de la salud (según se define en la Ley de Licencia de Centros de Atención de la Salud de Nebraska. Rev. Stat. §§ 71-401 a 71-475), otros programas diurnos de tratamiento de salud mental y / o del uso de sustancias que no requieren licencia (como la rehabilitación diurna o el tratamiento diurno), centros comerciales u otros espacios en los cuales pueden transitar diez o más personas. Tampoco incluye entornos típicos de oficinas, fábricas o tiendas minoristas o de comestibles, donde haya un gran número de personas presentes, pero normalmente es inusual que estén a menos de seis pies el uno del otro. Tampoco incluye eventos en los que los miembros de los medios de comunicación puedan necesitar estar presentes, tribunales de justicia; instalaciones de servicios públicos; operaciones estatales, municipales, de condados y de ciudades; oficinas electorales y lugares de votación el día de las elecciones, centros logísticos o de distribución; residencias familiares; que alberguen a diez o más personas; ni servicios religiosos. Sin embargo, estos entornos están dirigidos a utilizar una desinfección intensificada, diligente y eficaz de las superficies expuestas cumpliendo las instrucciones del Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska, los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades y la Agencia de Protección Ambiental. Tampoco

incluye ninguna ubicación, negocio o servicio identificados a continuación en esta sección (sección 1).

Las actividades extracurriculares para jóvenes no están restringidas por estas Medidas Sanitarias Dirigidas. Se recomienda encarecidamente el cumplimiento de cualquier orientación aplicable emitida por el Estado.

Para restaurantes, bares, tabernas, bolicheras, clubes privados, clubes de bebidas y clubes de caballeros, independientemente de su nombre o caracterización: se recomienda encarecidamente cumplir con cualquier orientación aplicable emitida por el estado.

Para salones de belleza y uñas, peluquerías, oficinas o centros de terapia de masaje, boleras, salas de billar, establecimientos de arte corporal o de tatuajes, y cualquier otro negocio interior donde el personal y los clientes estén a menos de seis (6) pies uno del otro durante quince (15) minutos consecutivos o más: se recomienda encarecidamente adherirse a cualquier orientación aplicable emitida por el estado.

Para los servicios de guardería diurna, donde el personal, voluntarios u otros profesionales del cuidado de niños se encuentran a menos de seis (6) pies de los niños durante quince (15) minutos consecutivos o más: se recomienda encarecidamente adherirse a cualquier orientación aplicable emitida por el estado.

Para los clubes de salud y fitness, gimnasios y centros de fitness, independientemente del nombre o caracterización: se recomienda encarecidamente adherirse a cualquier orientación aplicable emitida por el estado.

Servicios religiosos: se recomienda encarecidamente adherirse a cualquier orientación aplicable emitida por el estado.

Recepciones de bodas y funebres: se recomienda encarecidamente adherirse a cualquier orientación aplicable emitida por el estado.

2. Se les recuerda a todas las empresas que sigan las directrices de seguridad relacionadas con el COVID-19 establecidas o publicadas por sus respectivas asociaciones o agencias profesionales, reguladoras o asesoras relacionadas al o con respecto al uso de equipos de protección personal.

Para los proveedores del programa de Vacunación Contra el COVID-19 del Gobierno de los Estados Unidos (CVP por sus siglas en inglés), se aplicarán los siguientes requisitos:

- Para el 1 de abril de 2021, los CVP deben usar la herramienta de software de registro y programación de vacunas contra el COVID-19 designada por el estado. Consulte las orientaciones publicadas por el estado para la incorporación y uso de las herramientas de software.

3. Individuos en edad escolar u otras personas cuyo examen haya dado positivo para el COVID-19, o que desarrollen alguno de los síntomas siguientes: aparición repentina de tos, aparición repentina de dificultad para respirar o pérdida repentina del gusto u olfato deberán aislarse en el hogar, a menos que estén aislados en un centro de atención médica, cuando sea necesario según las Instrucciones de Cuarentena y Aislamiento, adjuntas.

Individuos en edad escolar u otras personas que desarrollen dos o más de los siguientes síntomas: fiebre de 100,4 F° o más, escalofríos, dolores musculares, dolor de cabeza, dolor de garganta, náuseas o vómitos, diarrea o fatiga deberán aislarse en el hogar, a menos que estén aislados en un centro de salud, cuando sea necesario según las Instrucciones de Cuarentena y Aislamiento, adjuntas.

Los individuos en edad escolar u otras personas que hayan tenido contacto estrecho deberán estar en cuarentena en el hogar, a menos que estén en cuarentena en un centro de atención médica, cuando así lo requieran las Instrucciones de Cuarentena y Aislamiento, adjuntas.

Véanse las Instrucciones adjuntas de Cuarentena y Aislamiento, y están incorporadas en su totalidad dentro de la presente, según 173 NAC 6-006.03B.

4. Todo empleador que esté obligado por ley a proporcionarle vivienda a un empleado o trabajador y que proporcione viviendas congregadas o compartidas a los empleados o trabajadores, deberán, como mínimo: 1) colocar carteles en todo el alojamiento compartido o congregado comunicando medidas preventivas tales como la limpieza adecuada, la desinfección, el lavado de manos, etiqueta para la tos, y evitar el contacto físico no esencial, (2) limpiar y desinfectar diariamente las áreas compartidas en esas viviendas, (3) realizar exámenes verbales diarios y controles de temperatura de todos los empleados o trabajadores que viven en viviendas compartidas o congregadas por el empleador, (4) proporcionar espacios alternativos de vivienda para cualquier empleado o trabajador cuyo examen de positivo para el COVID-19 o que tenga los siguientes síntomas: fiebre de 100,4 °F o más, aparición repentina de tos, o dificultad para respirar, separarlo de la vivienda proporcionada a los empleados o trabajadores cuyo examen de negativo para el COVID-19 o que no tienen síntomas, (5) proporcionar espacios alternativos de vivienda para cualquier empleado o trabajador que haya tenido contacto estrecho con un caso confirmado o sospechoso de COVID-19 separado de la vivienda proporcionada a los empleados o trabajadores cuyo examen da negativo para el COVID-19 o que no presentan síntomas, y que estén separados de cualquier empleado o trabajador cuyo examen resulte positivo para el COVID-19 o que presenten los siguientes síntomas: fiebre de 100,4 °F o más, o aparición repentina de tos, o dificultad para respirar, y (6) limpiar y desinfectar a fondo todas las áreas de alojamiento donde haya un caso confirmado o sospechoso de COVID-19 estuvo presente por un tiempo determinado.

- II. Esta orden reemplaza a las órdenes anteriores de las Medidas Sanitarias Dirigidas 2020-001, 2020-002, 2020-003, 2020-004, 2020-005, 2020-006, 2020-007, 2020-008, 2020-009, 2020-010, 2020-011, 2RHD-001, 2RHD-002, 2RHD-003, 2RHD-004, 2RHD-005, 2RHD-006, 2RHD-007, 2RHD-008, 2RHD-009, 2RHD-010, 2RHD-011, 2RHD-012, 2RHD-013; 2RHD-014, 2RHD-015, 2RHD-016, 2RHD-017, 2RHD-018, 2RHD-019, 2RHD-020, 2RHD-021, 2RHD-022, 2RHD-023 y 2RHD-023; para los condados antes mencionados, siempre que esta Orden no

sustituya las disposiciones de ninguna Medida Sanitaria Dirigida emitida por los Departamentos Locales de Salud, excepto que las Medidas Sanitarias Dirigidas contenidas en esta orden son vinculantes y ejecutables independientemente de cualquier Medida o Medidas Sanitarias Dirigidas emitida por los departamentos locales o municipales de salud.

Esta orden permanecerá en vigor no más tiempo del necesario para garantizar que las personas o grupos afectados por el COVID-19 dejen de representar una amenaza para la salud pública.

El incumplimiento de esta orden dará lugar a acciones legales para su ejecución mediante recursos civiles y / o penales.

En caso de incumplimiento de los términos de esta orden, las autoridades de orden público y el personal del Departamento Municipal y Local de Salud Pública estarán obligados a ayudar al Departamento a aplicar la orden, de conformidad con 173 NAC 6 y NEB. REV. STAT. § 71-502.

Cualquier persona sujeta a esta orden podrá solicitar una audiencia de caso impugnado para impugnar la validez de la orden. Se puede pedir una solicitud a la Oficina de Auditoría de DHHS por fax al 402-742-2376 o por teléfono al 402-471-7237.

Previa solicitud, el Departamento programará una audiencia para que se celebre tan pronto como sea razonablemente posible dadas las presentes circunstancias. A menos que se solicite algo más, la audiencia se programará a más tardar tres días después de que el Departamento reciba la solicitud. La audiencia se llevará a cabo de conformidad con las normas prácticas y de procedimientos del Departamento aprobadas en virtud de la Ley de Procedimiento Administrativo.

Las partes en la audiencia se limitarán al Departamento y a la parte requirente, a menos que una o más personas hayan solicitado audiencias impugnadas sobre cuestiones sustancialmente idénticas; los intereses de la economía administrativa exigen que los casos se agrupen o consoliden; y ninguna parte se verá perjudicada por la consolidación, en cuyo caso se emitirá la notificación de la consolidación.

Un abogado puede representar a una parte a expensas de dicha parte, o puede comparecer *pro se (por sí misma)* si es una persona física.

Se dará una notificación previa razonable con la hora y el lugar para la audiencia. La audiencia puede celebrarse total o parcialmente por teléfono.

El propósito de la audiencia es determinar si existen los fundamentos de hecho de la orden y si las medidas dictadas son razonables. El director podrá afirmar, revocar o modificar la orden mediante un escrito de conclusiones de hecho y las conclusiones de ley, y la orden que se emitirá tan pronto como sea razonablemente posible después de la audiencia.

Para el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska:

Dr. Gary Anthonie
Director de Salud Pública u Oficial Médico Jefe

Fecha

De conformidad con el título 173 Neb. Admin. Código. Ch. 6, 007.02, esta orden se ha facilitado y difundido a través de los medios de comunicación.

Instrucciones de Cuarentena y Aislamiento

Síntomas de la enfermedad del sujeto y forma de tratamiento:

Estos síntomas (Síntomas) pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición: fiebre de 100,4 grados Fahrenheit o superior, tos, dificultad para respirar, y / o pérdida repentina del gusto u olfato. Siga las instrucciones de su proveedor médico en cuanto a la forma de tratamiento. Las señales de advertencia de emergencia para el COVID-19 requieren inmediata atención médica. Los signos de advertencia de emergencia incluyen: dificultad para respirar, dolor persistente o presión en el pecho, nueva confusión o incapacidad para despertar y labios o rostro azulados. Consulte a su médico si tiene cualquier otro síntoma que se torne grave o preocupante.

Instrucciones para la desinfección o disposición de cualquier

propiedad personal: superficies

- Use guantes desechables al limpiar y desinfectar superficies. Los guantes deben descartarse después de cada limpieza. Si se utilizan guantes reutilizables, estos guantes deben dedicarse a la limpieza y desinfección de superficies en contra del COVID-19 y no deben utilizarse para otros fines. Consulte las instrucciones del fabricante en cuanto a los productos de limpieza y desinfección utilizados. Lávese las manos inmediatamente después de quitarse los guantes.
- Si las superficies están sucias, debe limpiarlas con detergente o jabón y agua antes de desinfectarlas.
- Para desinfectar, las soluciones de cloro o blanqueador doméstico diluido, las soluciones de alcohol con al menos el 70 % de alcohol y los desinfectantes domésticos registrados por la Agencia de Protección Ambiental (EPA por sus siglas en inglés) más comunes son eficaces.
 - Las soluciones de cloro o blanqueador doméstico diluido se pueden usar si es apropiado para la superficie. Siga las instrucciones del fabricante para lograr la aplicación y la ventilación adecuada. Compruebe que el producto no ha pasado su fecha de caducidad. Nunca mezcle cloro o blanqueador doméstico con amoníaco o con cualquier otro limpiador. El cloro o blanqueador doméstico no caducado será eficaz contra los coronavirus cuando se diluya adecuadamente.
 - Prepare una solución de cloro mezclando:
 - 5 cucharadas (1/3 de taza) de cloro por galón de agua o
 - 4 cucharaditas de cloro por un cuarto de galón de agua
 - Se espera que los productos que sean declarados contra patógenos virales emergentes aprobados por la EPA <https://www.epa.gov/pesticide-registration/list-n-disinfectants-use-against-sars-cov-2> sean eficaces contra el COVID-19 basándose en los datos contra los virus más difíciles de matar. Siga las instrucciones del fabricante para todos los productos de limpieza y desinfección (por ejemplo, concentración, método de aplicación y tiempo de contacto, etc.).

- Para superficies blandas (porosas) como suelos con alfombras y cortinas, elimine la contaminación visible si está presente y limpie con los limpiadores adecuados indicados para su uso en estas superficies. Después de limpiar:
 - Lave los artículos según proceda, de acuerdo con las instrucciones del fabricante. De ser posible, lave los artículos utilizando la configuración más apropiada de agua más caliente para los artículos y séquelos completamente, o utilice productos con las declaraciones de patógenos virales emergentes aprobados por EPA (consiga ejemplos en este enlace <https://www.americanchemistry.com/Novel-Coronavirus-Fighting-Products-List.pdf>) que son adecuados para superficies porosas.

Ropa, toallas, ropa de cama y otros artículos que se lavan en la lavadora

- Use guantes desechables cuando manipule la ropa sucia de una persona enferma y luego deséchelos después de cada uso. Si utiliza guantes reutilizables, estos guantes deben dedicarse a la limpieza y desinfección de superficies contra el COVID-19 y no deben utilizarse con otros fines domésticos. Lávese las manos inmediatamente después de quitarse los guantes.
 - Si no usa guantes al manipular la ropa sucia, asegúrese de lavarse las manos después.
 - De ser posible, no agite ni sacuda la ropa sucia. Esto minimizará la posibilidad de dispersar el virus por el aire.
 - Lave los artículos según proceda, de acuerdo con las instrucciones del fabricante. Si es posible, lave los artículos utilizando la configuración adecuada de agua más caliente para los artículos y séquelos completamente. La ropa sucia de una persona enferma se puede lavar con los artículos de otras personas.
 - Limpie y desinfecte las cestas de ropa de acuerdo con las instrucciones anteriores para las superficies. De ser posible, considere la posibilidad de colocar un forro tipo bolsa que sea desechable (que pueda desecharse) o que pueda lavarse.

Precauciones para prevenir la propagación de la enfermedad en cuestión:

quédese en casa excepto para obtener atención médica.

- Quédese en casa: las personas que están levemente enfermas con del COVID-19 pueden recuperarse en casa. No salga, excepto para obtener atención médica. No visite las zonas públicas.
- Manténgase en contacto con su médico. Llame antes de recibir atención médica. Asegúrese de recibir atención si se siente peor o si cree que se trata de una emergencia.
- Evite el transporte público: evite utilizar el transporte público, compartir viajes o taxis.

Separarse de otras personas en su hogar, esto se conoce como aislamiento en el hogar

- Manténgase alejado de los demás: en la medida de lo posible, usted debe permanecer en una "habitación para el enfermo" específica y alejada de otras personas en su hogar. Utilice una sala de baño separada, si está disponible.
- Limite su contacto con mascotas y animales: usted debe restringir el contacto con mascotas y otros animales, al igual que lo haría con otras personas.
 - Aunque no se han notificado animales domésticos u otros animales que se enfermen debido al COVID-19, se recomienda que las personas que tengan el virus limiten el contacto con los animales hasta que se obtenga mayor información al respecto.
 - De ser posible, haga que otro miembro de su hogar cuide sus animales mientras esté enfermo con el COVID-19. Si usted debe cuidar de su mascota o estar cerca de animales mientras está enfermo, lávese las manos antes y después de interactuar con ellos.

Llame con anticipación antes de visitar a su médico

- Llame con anticipación: si tiene una cita médica, llame al consultorio de su médico o al departamento de urgencias y dígales que tiene o puede tener el COVID-19. Esto ayudará a la gente del consultorio a protegerse a sí mismos y a los demás pacientes.

Use una mascarilla si está enfermo

- Si está enfermo: debe usar una mascarilla facial cuando esté cerca de otras personas y antes de entrar en un consultorio de atención médica.
- Si está cuidando a otras personas: si la persona que está enferma no puede usar una mascarilla facial (por ejemplo, porque le causa problemas para respirar), entonces las personas que vivan en ese hogar deben permanecer en habitaciones diferentes a la de la persona enferma. Cuando los cuidadores ingresan a la habitación de la persona enferma, deben usar una mascarilla facial. No se recomiendan visitantes que no sean cuidadores.

Cúbrase cuando tose y estornuda

- Cúbrase: cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo de papel cuando tosa o estornude.
- Deseche: tire los pañuelos usados en un bote de basura con bolsa en su interior.
- Lávese las manos: lávese inmediatamente las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no tiene agua y jabón, límpiense las manos con un desinfectante de manos a base de alcohol que contenga al menos un 60 % de alcohol.

Lávese las manos a menudo

- Lávese las manos: lávese las manos a menudo con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Esto es especialmente importante después de soplarse la nariz, toser o estornudar; ir al baño; y antes de comer o preparar alimentos.
- Desinfectante de manos: si no tiene agua y jabón, utilice un desinfectante de manos a base de alcohol con al menos 60 % de alcohol, y cubra toda la superficie de sus manos y frotándolas juntas hasta que las sienta secas.
- Jabón y agua: el jabón y el agua son la mejor opción, especialmente si sus manos están visiblemente sucias.
- Evite tocarse: evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sucias.

Evite compartir los artículos personales del hogar

- No comparta: no comparta platos, vasos, tazas, utensilios para comer, toallas o ropa de cama con las demás personas de su casa.
- Lávelos bien después de usarlos: después de usar estos artículos, lávelos bien con agua y jabón o métalos en el lavavajillas.

Limpie todas las superficies "de alto contacto" todos los días

Disposiciones para garantizar y supervisar el cumplimiento:

Definiciones:

Individuos en edad escolar: aquellas personas de 5 a 18 años de edad o que asisten a servicios educativos desde el Kindergarten hasta el 12vo. grado.

Autocontrol: realice un autocontrol o permita que lo monitoreen dos veces al día para ver si tiene fiebre de 100,4 °F o más y si tiene los síntomas (definidos arriba) durante catorce días. Coordine con su proveedor de atención médica y el departamento local de salud pública.

Contacto cercano: el contacto cercano para los individuos, distintos de los de la edad escolar, se produce cuando un individuo ha estado a menos de seis (6) pies (2 m), durante al menos quince (15) minutos, de una persona o personas que han desarrollado los síntomas o durante las 48 horas previas a que la persona desarrolla uno o más de los siguientes síntomas: aparición repentina de tos, aparición repentina de dificultad para respirar o pérdida repentina del gusto u olfato; o una persona o personas que han desarrollado síntomas o durante las 48 horas anteriores a que la persona desarrolle dos o más de los siguientes síntomas: fiebre de 100,4 °F o más, escalofríos, dolores musculares, dolor de cabeza, dolor de garganta, náuseas o vómitos, diarrea o fatiga; o con una persona que dio positivo para el COVID-19 o durante las 48 horas previas a que el resultado de la persona haya dado positivo para el COVID-19, lo que ocurra antes.

Excepto que, el contacto con una persona que exhibe los síntomas anteriores, pero después da negativo para el COVID-19 o después recibe un diagnóstico alternativo (gripe, alergia u otra afección crónica) NO constituye contacto cercano.

En el caso de las personas en edad escolar, el contacto estrecho solo se produce cuando la persona en edad escolar ha estado a menos de seis (6) pies (2 metros) de una persona que ha desarrollado los síntomas o durante las 48 horas anteriores a que la persona que ha dado positivo para el Covid-19, durante al menos quince (15) minutos.

Cuarentena: todas las personas obligadas a ponerse en cuarentena, eliminarán las situaciones en las cuales las demás personas puedan estar expuestas o infectarse, y autocontrolarán o monitorearán por sí mismos el desarrollo de sus síntomas. A continuación, se exponen las circunstancias en las cuales los individuos, incluyendo los de edad escolar, deben ponerse en cuarentena.

Aislamiento: todas las personas que deban aislarse no deberán entrar en contacto con otras personas. A continuación, se exponen las circunstancias en las cuales los individuos, incluyendo los de edad escolar, deben ponerse en cuarentena.

Caso Positivo Inicial: el individuo identificado por primera vez como un caso de COVID-19 positivo en un espacio escolar interior.

Evento extracurricular: significa un evento patrocinado por la escuela (actividad deportiva u otra actividad extracurricular), o una actividad deportiva en equipo autorizada por un club o evento para individuos en edad escolar. A los efectos de determinar el Contacto Cercano para Individuos en Edad Escolar, la duración del evento extracurricular incluye solo el período de tiempo real realizando o participando del evento u eventos o una práctica o prácticas formales programadas reales para el o los eventos. No incluye, por ejemplo, el transporte hacia o desde el evento o eventos, actividades o preparativos previos o posteriores al evento o eventos, u otras actividades auxiliares o además del evento o eventos, o práctica o prácticas reales. Esta definición tampoco incluye eventos o actividades patrocinadas u organizadas para evitar los requisitos de cualquier Medida Sanitaria Dirigida o de las Instrucciones de la Cuarentena y el Aislamiento.

Club Deportivo: grupo u organización formada con el propósito de jugar un deporte por parte del "Individuo en Edad Escolar" (juvenil).

Quién debe ser aislado o puesto en cuarentena:

Se requiere la cuarentena para todas las personas que han tenido un Contacto Cercano, excluyendo aquellos individuos cuyo resultado haya dado positivo (a través de una prueba de anticuerpos, antígenos o PCR, autorizada por la FDA) para el COVID-19 durante los 3 meses anteriores al Contacto Cercano, siempre y cuando no desarrollen nuevos síntomas del COVID-19. Consulte el sitio web de la FDA para conocer las pruebas autorizadas: <https://www.fda.gov/medical-devices/coronavirus-disease-2019-covid-19-emergency-use-authorizations-medical-devices/in-vitro-diagnostics-euas-serology-y-otras-pruebas-de-respuesta-inmune-adaptativa-sars-cov-2>.

Se requiere aislamiento para todas las personas: cuyo examen ha dado positivo para el COVID-19; o que desarrollen uno o más de los siguientes síntomas: aparición repentina de tos, aparición repentina de dificultad para respirar o pérdida repentina del gusto u olfato; o que desarrollen dos o más de los siguientes síntomas: fiebre de 100,4 °F o más, escalofríos, dolores musculares, dolor de cabeza, dolor de garganta, náuseas o vómitos, diarrea o fatiga.

Tiene derecho a un examen médico independiente por su cuenta.

- **Excepciones específicas para personas en edad escolar:**

En un Evento Extracurricular al aire libre o en un Evento Extracurricular en interiores celebrado en un gimnasio, el Caso Positivo Inicial se aislará en casa, y el o los individuos en edad escolar que tuvieron contacto o contactos cercanos pueden auto monitorearse en lugar de ponerse en cuarentena.

*En cualquier otro espacio escolar interior donde **todo el mundo esté usando la mascarilla**, incluyendo el caso positivo inicial, el caso positivo inicial se aislará en casa, y el resto de los individuos en edad escolar se autocontrolarán o monitorearán por sí mismos, para detectar los síntomas.*

*En cualquier otro espacio escolar interior donde el **Caso Positivo Inicial no esté usando mascarilla**, el Caso Positivo Inicial se aislará en casa, y cualquier Individuo o individuos en edad escolar que hayan tenido el contacto cercano se pondrá en cuarentena en casa. En un espacio escolar interior donde **el Caso Positivo Inicial esté usando mascarilla, pero otros no lo estén**, el Caso Positivo Inicial se aislará en casa, aquellos Individuos en Edad Escolar que no usarán mascarilla y que tuvieron Contacto Cercano con el Caso Positivo Inicial estando así expuestos, se pondrán en cuarentena en casa, y el resto de los individuos en edad escolar que hayan estado en el espacio escolar interior se autocontrolarán para detectar si tienen síntomas.*

*En cualquier otro espacio escolar interior donde **ninguna persona en edad escolar haya usado la mascarilla**, el caso positivo inicial se aislará en casa, y cualquier persona o personas en edad escolar que hayan tenido un contacto cercano con el caso positivo inicial se pondrá en cuarentena en casa.*

Los individuos en edad escolar que deben ser auto monitoreados deben usar mascarillas.

- **Específica excepción para los trabajadores del sector educativo:**

Trabajadores educativos se definen como educadores de pre-kínder al 12, educadores pares y personal certificado y no certificado empleado por las escuelas y Unidades de servicio educativo (ESU por sus siglas en inglés).

Para los trabajadores educativos que han tenido contacto cercano con una o varias personas que hayan desarrollado síntomas o durante las 48 horas antes que la persona presente uno o más de los siguientes síntomas: aparición repentina de tos, aparición repentina de dificultad para respirar o pérdida repentina del gusto u olfato; o con una persona que haya desarrollado síntomas o durante las 48 horas antes que la persona desarrolle dos o más de los siguientes síntomas: fiebre de 100,4 °F o más, escalofríos, dolores musculares, dolor de cabeza, dolor de garganta, náuseas o vómitos, diarrea o fatiga; o con una persona cuyo examen haya dado positivo para el COVID-19 o durante las 48 horas antes de que la persona dio positivo para el COVID-19 cualquier evento que ocurra antes, esos Trabajadores Educativos pueden cumplir con las siguientes condiciones en el desempeño de sus funciones laborales en las escuelas y ESU en lugar de la cuarentena:

- llevar adecuadamente una cobertura facial o mascarilla durante 14 días después de la exposición Y
- practicar el distanciamiento social Y
- autocontrol o monitoreo por sí mismos dos veces al día para detectar si tiene fiebre y otros síntomas de los enumerados anteriormente durante catorce días o si no han desarrollado síntomas

Por favor, consulte a su departamento de salud local para obtener mayor información sobre cada situación del COVID-19. Las escuelas también deben realizar y documentar controles de temperatura y síntomas antes de comenzar a trabajar todos los días y conservar la documentación para los departamentos locales de salud.

*Si el desarrollo de síntomas ocurre dentro del período de cuarentena de 14 días o a determinadas condiciones en lugar de la cuarentena, por favor, consulte las instrucciones de aislamiento.

- **Excepción específica para el personal de primeros auxilios y trabajadores sanitarios:**

Primeros auxilios se definen como 911, fuerzas del orden público, bomberos y rescate, servicios médicos paramédicos y de emergencia.

Los trabajadores de la salud se definen como personal médico, clínico o directo de atención al paciente empleado por los hospitales, centros de atención al paciente y atención en urgencias.

Para primeros auxilios y trabajadores de la salud que han tenido contacto estrecho con una o varias personas que hayan desarrollado síntomas o durante las 48 horas anteriores a que la persona presente uno o más de los siguientes síntomas: aparición repentina de tos, aparición repentina de dificultad para respirar o pérdida repentina del gusto u olfato; o que haya desarrollado síntomas o durante las 48 horas anteriores a que la persona

desarrolle dos o más de los siguientes síntomas: fiebre de 100,4 °F o más, escalofríos, dolores musculares, dolor de cabeza, dolor de garganta, náuseas o vómitos, diarrea o fatiga; o con una persona cuyo examen haya dado positivo para el COVID-19 o durante las 48 horas previas a la persona cuyo examen da positivo para el COVID-19 lo que ocurra antes, esos primeros auxilios y trabajadores de la salud pueden cumplir con las siguientes condiciones en el desempeño de sus funciones laborales en las escuelas y ESU en lugar de la cuarentena*:

- llevar adecuadamente una cobertura facial o mascarilla durante 14 días después de la exposición Y
- practicar el distanciamiento social Y
- autocontrol o monitoreo por sí mismos dos veces al día para detectar si tiene fiebre y otros síntomas de los enumerados anteriormente durante catorce días o si no han desarrollado síntomas

Por favor, consulte a su departamento de salud local para obtener mayor información sobre cada situación del COVID-19.

*Si el desarrollo de síntomas ocurre dentro del período de cuarentena de 14 días o a determinadas condiciones en lugar de la cuarentena, por favor, consulte las instrucciones de aislamiento.

- **Excepción específica para las personas que están completamente vacunadas contra el COVID-19:**

Para las personas que han recibido una serie completa de la vacuna contra el COVID-19, han pasado 2 semanas o más desde su última dosis de la vacunación de COVID-19 (a los efectos de esta sección, una vacuna contra el COVID-19 es cualquier vacuna contra el COVID-19 que haya recibido la autorización de uso de emergencia de la Administración de Alimentos y Medicamentos de los Estados Unidos); y que hayan desarrollado síntomas o durante las 48 horas anteriores a que la persona presente uno o más de los siguientes síntomas: aparición repentina de tos, aparición repentina de dificultad para respirar o pérdida repentina del gusto u olfato; o con una persona haya desarrollado síntomas o durante las 48 horas anteriores a que la persona desarrolle dos o más de los siguientes síntomas: fiebre de 100,4 °F o más, escalofríos, dolores musculares, dolor de cabeza, dolor de garganta, náuseas o vómitos, diarrea o fatiga; o con una persona cuyo examen haya dado positivo para el COVID-19 o durante las 48 horas previas a la persona cuyo examen da positivo para el COVID-19 lo que ocurra antes, esos individuos pueden cumplir con las siguientes condiciones en el desempeño de sus funciones laborales en las escuelas y ESU en lugar de la cuarentena*:

- llevar adecuadamente una cobertura facial o mascarilla durante 14 días después de la exposición Y
- practicar el distanciamiento social Y

- autocontrol o monitoreo por sí mismos dos veces al día para detectar si tiene fiebre y otros síntomas de los enumerados anteriormente durante catorce días o si no han desarrollado síntomas

Por favor, consulte a su departamento de salud local para obtener mayor información sobre cada situación del COVID-19.

*Si el desarrollo de los síntomas se produce dentro del período de cuarentena de 14 días o mientras se cumplen las condiciones en lugar de la cuarentena, consulte las instrucciones de aislamiento.

Duración de aislamiento

El aislamiento continuará hasta que:

- hayan pasado al menos diez (10) días* desde el inicio de los síntomas **Y**
- los síntomas hayan mejorado **Y**
- el individuo aislado no haya tenido fiebre durante al menos 24 horas sin usar medicamentos para reducir la fiebre.

*Para pacientes que padezcan de una enfermedad grave o que están gravemente inmunocomprometidos, puede ser necesario extender este período de tiempo. Por favor, consulte a su médico o al departamento de salud local para obtener mayor orientación sobre esas situaciones.

Sin embargo, las personas cuyos exámenes dieron positivo para el COVID-19 y que NO presentan síntomas pueden interrumpir el aislamiento bajo las siguientes condiciones:

- han transcurrido al menos diez (10) días desde la fecha de su primera prueba positiva **Y**
- no han desarrollado síntomas **Y**
- durante 3 días después de haber interrumpido el aislamiento, estas personas deben seguir limitando el contacto (permanecer a 6 pies de los demás) y, cuando sea posible, llevar una cobertura facial (como una mascarilla de tela).

Duración de la cuarentena

La cuarentena o las condiciones en lugar de la cuarentena pueden interrumpirse sin realizarse pruebas en las siguientes condiciones:

- han transcurrido al menos 10 días desde la última exposición en la cual las personas que se encontraban en cuarentena tuvieron un contacto cercano (véase la definición anterior) **Y**
- no han desarrollado síntomas **Y**

- continúa auto monitoreándose diariamente para ver si desarrolla síntomas hasta el día 14 desde la exposición con el último contacto cercano (véase la definición anterior) **Y**
- use una cobertura facial (como una mascarilla de tela) hasta el día 14 desde el último contacto cercano.

La cuarentena o las condiciones en lugar de la cuarentena pueden dejarse de hacer las pruebas en las siguientes condiciones:

- han transcurrido al menos 10 días desde la última exposición en que las personas que estaban en cuarentena tuvieron el contacto cercano (véase la definición anterior) **Y**
- no han desarrollado síntomas **Y**
- los resultados de una prueba diagnóstica de muestras (molecular o antígeno) han dado negativas, **Y** la muestra se recolectó después de 5 días desde que los individuos que están en cuarentena estuvieron expuestos al contacto cercano (véase la definición anterior) **Y**
- continúa auto monitoreándose diariamente para ver si desarrolla síntomas hasta el día 14 desde la exposición con el último contacto cercano (véase la definición anterior) **Y**
 - lleva una cubierta facial (como una mascarilla de tela) hasta el día 14 desde la última exposición con el contacto cercano (véase la definición anterior)

Nota: si los síntomas del COVID-19 se desarrollan durante el período de cuarentena de los individuos, el individuo debe hacerse la prueba. Si el examen del individuo da positivo para el COVID-19, entonces el individuo pasa a Aislamiento.