



****COMUNICADO INMEDIATO****
13 de noviembre de 2020

Guía del Departamento de Salud para reducir la transmisión de COVID-19 dentro de un hogar

CONDADO DE HAMILTON, TN - Las investigaciones del Departamento de Salud del Condado de Hamilton revelan que muchos de los nuevos casos de infección por COVID ocurren dentro de los hogares.

Por lo general, un miembro del hogar se infecta fuera del mismo, como en un lugar de trabajo o reunión social, y luego lleva el virus a casa e infecta a otras personas que viven allí. Estas infecciones domésticas ocurren rápidamente y tanto los adultos como los niños pueden transmitir el virus.

“Algunas personas con COVID-19 no presentan síntomas o sus síntomas son leves y piensan que pueden continuar con sus rutinas normales, sin embargo, esto contribuye al aumento en el número de casos. Cualquier persona que resulte positiva en la prueba de COVID-19 necesita aislarse tanto de la comunidad como dentro de su hogar, sin importar si presenta o no síntomas”, mencionó Becky Barnes, Administradora del Departamento de Salud.

El conocer la manera en que se transmite el virus es clave para reducir su propagación dentro del hogar:

- De acuerdo con el Centro para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés), <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/prevent-getting-sick/prevention.html> la principal fuente de transmisión de COVID-19 es el contacto cercano, esto es tocar o estar a 6 pies de una persona infectada. Cuanto más tiempo esté en contacto cercano, mayor será su riesgo de infección.
- El toser, estornudar, respirar, hablar o gritar, cantar y hacer ejercicio producen gotitas respiratorias. Inhalar estas gotitas o manipular objetos o superficies donde las gotitas se han asentado pueden ser fuentes de infección.

Algunos consejos prácticos para prevenir la propagación dentro del hogar:

- De acuerdo con el CDC, <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/if-you-are-sick/steps-when-sick.html>, dedique una habitación a la persona infectada, si es posible. Todas las necesidades de esta persona deberán ser atendidas con el menor contacto posible.
- Si no es posible destinar un baño para uso único del enfermo, entonces deberá limpiar y desinfectar las superficies entre usos y según las [recomendaciones del CDC](#).
- Usar una mascarilla dentro del hogar, especialmente si es la persona infectada, puede reducir el riesgo de transmisión. Sin embargo, la mascarilla no sustituye al distanciamiento social.
- No comparta artículos personales, como tazas, toallas y cubiertos.
- Evite que las mascotas y los niños pasen entre la sala de aislamiento y el resto de la casa.
- Cuando una persona enferma vive sola, su familia o sus amigos deberán hacer los mandados y entregar los artículos en su puerta o usar una mascarilla al entrar a la casa para descargar los artículos. Lávese o desinfecte las manos al salir.
- Asegure una ventilación adecuada dentro del hogar. La información del CDC muestra que los espacios cerrados y la mala ventilación pueden aumentar la transmisión aérea de gotitas respiratorias.

- Monitoree los síntomas de una persona infectada. Busque atención médica de emergencia de inmediato si se [desarrollan las señales de alerta de emergencia](#) (incluye la dificultad para respirar).

Según el CDC, se estima que [el 40-45% de las infecciones del COVID](#) no presentan síntomas (asintomáticos), pero estos pacientes son infecciosos y pueden transmitir el virus a otros. Además, las personas pueden contagiar a otros hasta 48 horas antes de que ellos mismos muestren algún síntoma (pre sintomáticos).

Por lo tanto, es probable que la transmisión en el hogar ocurra antes de que alguien en la casa se dé cuenta de que está infectado, debido a esto, sigue siendo de vital importancia tomar las siguientes medidas de protección para evitar llevar el virus a casa:

- Fortalezca su práctica de distanciamiento social, especialmente en este momento de aumento de casos.
- Use una mascarilla o cubierta facial cuando esté a menos de 6 pies de cualquier persona que se encuentre fuera de su hogar.
- Evite las reuniones y no planee actividades de vacaciones con personas ajenas a su hogar.
- Lávese las manos con frecuencia o use desinfectante para manos cuando no pueda lavarse.
- Limpie y desinfecte las superficies en el trabajo y la escuela con regularidad.
- Evite tener contacto cercano con otras personas.

Pruebas gratuitas de COVID-19:

- La prueba gratuita de COVID-19 del Departamento de Salud en el sitio de *Alstom* está abierta todos los días de 8:30 a.m. a 1:00 p.m., pero cerrará a las 11:30 a.m. el jueves 19 de noviembre para albergar una clínica de vacunación contra la gripe a las 12 p.m.
- El sitio de pruebas permanecerá cerrado el Día de Acción de Gracias y el viernes siguiente.
- Las pruebas diarias se reanudarán el próximo sábado 28 de noviembre.
- Llame a la línea telefónica directa del Departamento de Salud al 423-209-8383 para solicitar transporte gratuito a *Alstom* o para obtener información sobre otros sitios de pruebas en la comunidad.
- *Todas las personas en el auto deben usar una mascarilla.*

Vacunas gratuitas contra la influenza:

- Se llevará a cabo una clínica gratuita de vacunación contra la influenza en la Iglesia Bautista New Hope, ubicada en *3777 Wilcox Blvd, Chattanooga, TN 37411*, este sábado 14 de noviembre, de 10 a.m. a 2 p.m., para los residentes del Condado de Hamilton mayores de 18 años.
Todas las personas en el auto deben usar una mascarilla.
- Las vacunas pediátricas contra la influenza solo se pueden solicitar en la clínica del centro de la calle 3ra (423-209-8050) y en la clínica de *Sequoyah* (423-209-5490) del Departamento de Salud. *Todos los padres o tutores deben usar una mascarilla cuando acompañen a los niños.*
- Se han programado más clínicas de vacunación contra la influenza para el resto del año 2020. Llame a la línea telefónica directa del Departamento de Salud al 423-209-8383 para obtener más información.

Se puede acceder a información adicional a través de estos recursos del Departamento de Salud:

- Línea telefónica directa del Departamento de Salud: (423) 209-8383
- Página web: <http://health.hamiltontn.org/>
- Página de Facebook en inglés: <https://www.facebook.com/HamiltonTNHealthDept/>
- Página de Facebook en español: <https://www.facebook.com/SaludHamiltonTN/>
- Canal de YouTube en inglés: <https://www.youtube.com/channel/UCCkF8VUBQFLiJoxh8Sk10mA>

- Canal de YouTube en español: <https://www.youtube.com/channel/UCwHuLpBFuLOf6hDTCFbfyQ>
- Cuenta de Twitter: <https://twitter.com/HamiltonHealth>
- Suscríbese a la lista de correo electrónico: <https://landing.mailerlite.com/webforms/landing/j6u3e5>

###