

CONDADO DE HUMBOLDT
CENTRO DE INFORMACIÓN CONJUNTA
Teléfono (707) 441-5000



Para mas información, contacta:
JIC PIO
(707) 441-5000
covidinfo@co.humboldt.ca.us

2 de oct., 2020

Condado de Humboldt COVID-19 Guía para Regreso de Viaje

La orientación estatal y local todavía recomienda fuertemente que las personas limiten los viajes no esenciales en esfuerzo para limitar la propagación de COVID-19. El movimiento de personas entre hogares y zonas geográficas sigue siendo un factor importante para la transmisión de enfermedades. Esto es particularmente cierto para los residentes del condado de Humboldt, porque muchas áreas del estado y el país están experimentando más actividad de COVID-19 que en Humboldt y los viajes pueden aumentar el riesgo de exposición, en comparación con permanecer cerca de casa.

Lo que ha quedado claro con el tiempo es que el nivel de riesgo asociado con los viajes depende de dónde viaja como, lo que es aún más importante, sus actividades mientras viajan. Las siguientes son preguntas frecuentes para aquellos que están considerando viajar o que están viajando actualmente.

- **¿Por qué importa adónde viajo?**
 - Las zonas del estado, del país o incluso fuera del país con índices de transmisión altas o crecientes representan un mayor riesgo de exposición a COVID-19.
 - Las áreas de California en el Nivel 1 (Nivel Morado) están experimentando índices mucho más altos de COVID-19 que lo que tenemos aquí en Humboldt.
 - Dado que la mayoría de los condados de los Estados Unidos están reportando su información de COVID-19, es fácil revisar y saber lo que está pasando en el lugar planeado de viaje.
 - Los viajes breves fuera de nuestra zona para obtener atención médica, por ejemplo, generalmente no se considerarían de alto riesgo si se siguen todas las medidas preventivas.
- **¿Qué actividades afectan el riesgo de infección al viajar?**
 - Si usted y las personas a su alrededor están usando coberturas faciales, manteniendo la distancia física, evitando reuniones públicas y usando buenas prácticas de lavado de manos y uso de desinfectante, el riesgo relacionado con los viajes y de adquirir una infección de COVID-19 es reducido.

- Si te quedas con amigos y familiares, es muy difícil evitar la interacción cercana en el hogar, así que el riesgo por viajar aumenta.
 - Si asistes a reuniones o eventos familiares u otras reuniones sociales, tu riesgo aumenta.
 - Cruceros, conciertos y eventos grandes en los que personas de muchos lugares diferentes están cerca y comparten instalaciones, el riesgo aumenta considerablemente.
- **¿Deberé monitorear mi salud después de viajar y qué síntomas debo poner atención?**
 - Independientemente del nivel de riesgo, todas las personas deben vigilarse cuidadosamente a sí mismas y a los miembros del hogar por síntomas de COVID-19 durante 14 días después del regreso del viaje.
 - Los síntomas de COVID-19 pueden incluir algunos o todos los siguientes: fiebre o escalofríos, tos, dificultad para respirar o sentir que le falta el aire, fatiga, dolores musculares o corporales, dolor de cabeza, nueva pérdida de sabor u olor, dolor de garganta, congestión o moqueo, náuseas o vómito y diarrea.
- **¿Cómo sé si debo ponerme en cuarentena?**
 - Además de monitorearse por síntomas cuidadosamente, se recomienda a las personas que regresan de viajes de mayor riesgo a ponerse en cuarentena en casa por 14 días, lo que significa quedarse en casa, excepto para buscar atención médica.
 - En algunos trabajos, su empleador puede tener pólizas que ayuden a determinar si el viaje se consideraría de alto riesgo.
 - En pocas palabras, si usted está en mayor riesgo de exposición, la cuarentena en el hogar es la opción más segura.
- **¿Qué pasa si creo que he contraído COVID-19?**
 - Cualquier persona que se enferme con posibles síntomas de COVID-19 debe ponerse en contacto con su proveedor de atención médica y aislarse en el hogar, excepto para obtener atención médica.
 - Otros miembros del hogar deben continuar su cuarentena en el hogar, mientras esperan más instrucciones del proveedor de atención médica.
 - Si un proveedor de atención médica no está disponible, o quiere más información, comuníquese con la Línea de Información Comunitaria de COVID al 707-441-5000.
- **¿Cuál es la diferencia entre "aislamiento" y "cuarentena"?**
 - Tanto el "aislamiento" como "cuarentena" significan permanecer en casa, excepto para obtener acceso a la atención médica.
 - Cuarentena es el término utilizado para las personas que no tienen síntomas, pero tienen un mayor riesgo de desarrollar una infección.
 - El aislamiento es el término usado cuando las personas tienen síntomas de COVID-19 y han sido confirmados como un caso o están esperando su prueba.

- **¿Dónde puedo ir para obtener más información?**
 - Comuníquese con la Línea de Información de la Comunidad de COVID al 707-441-5000, o envíe un correo electrónico a covidinfo@co.humboldt.ca.us.
 - Si usted está regresando de un viaje y tiene preocupaciones acerca de COVID-19, puede llamar a la línea de Enfermedades Transmisibles del Departamento de Salud Pública del Condado de Humboldt al 707-268-2182.