



# NEWS RELEASE

Mary Brumage  
Marketing and Media Specialist  
(970) 522-3741 x1257  
maryb@nchd.org

Julio 28, 2020

INFORMACIÓN INMEDIATA

## **COVID-19 Riesgos de eventos y actividades a considerar**

Sterling, Colorado - 28 de julio de 2020: El verano está en pleno apogeo y los casos de COVID-19 han sido bajos para nuestro distrito de salud de seis condados. Sobre todo, los casos han disminuido desde mediados de mayo y durante varios días en junio, no tuvimos ningún nuevo caso reportado durante varios días. Sin embargo, recientemente estamos viendo un aumento en los casos aquí en el noreste de Colorado y en todo el estado, mientras que estados vecinos como Nuevo México, Arizona y Texas están experimentando brotes muy severos. A nivel nacional, los aumentos de casos se atribuyen a los adultos jóvenes que participan en conductas de riesgo, mientras que aproximadamente 1/3 de los casos nuevos en nuestro distrito están relacionados con personas que viajan para asistir a funerales, bodas y otras reuniones. Entonces, para mantener nuestra comunidad segura y nuestra economía local fuerte, necesitamos revertir esta tendencia al continuar siendo vigilantes e inteligentes acerca de cómo y cuándo asistimos a actividades y eventos. Sin embargo, ¿cómo se miden los riesgos involucrados?

Imagina una perilla de volumen. Cada factor relacionado con el evento es como subir la perilla, algunas cosas solo aumentan el riesgo en unos pocos decibelios, mientras que otras aumentan la exposición sustancialmente. Los aspectos que aumentan el riesgo de exposición

incluyen eventos celebrados en lugares interiores con poca ventilación, grandes reuniones de asistentes que son principalmente de fuera de la ciudad / estado o son extraños, el intercambio de artículos y el contacto cercano con personas por períodos de tiempo de más de 10-15 minutos. Además, tenga en cuenta que cuanto más alcohol o cannabis esté disponible, más puede disminuir las inhibiciones, lo que puede aumentar el tipo de riesgos que asumimos. Por otro lado, los eventos que se realizan en entornos al aire libre o en espacios que permiten el espacio físico entre las personas, así como en reuniones más pequeñas, tienen un riesgo menor. Los factores principales a considerar al tomar sus decisiones sobre asistir incluyen:

- ¿Cuántas personas involucra la actividad?
- ¿Es la actividad dentro o fuera?
- ¿Puedes mantener 6 pies entre tú y los demás?
- ¿Cuánto dura la actividad?

Las actividades de menor riesgo incluyen acampar con miembros de la familia, visitar una casa de vacaciones u hotel, o participar en ejercicios al aire libre de bajo contacto, como tenis o béisbol. Compras, salir a cenar, parques infantiles y piscinas se consideran de riesgo bajo a medio, pero tenga en cuenta las condiciones asociadas con la actividad. Las actividades de riesgo medio a alto incluyen viajes en avión, lugares de culto, servicios personales, bares, cervecerías, clubes nocturnos, gimnasios, centros de acondicionamiento físico y canto con grupos.

No hay forma de garantizar un riesgo cero de infección. Interactuar con el público tendrá cierto nivel de riesgo, sin importar lo que esté pensando hacer. Por lo tanto, estas también son cosas realmente buenas a tener en cuenta al decidir si participar o al hacer planes de viaje:

¿Se está propagando COVID-19 en su comunidad de destino? Consulte los mapas de casos de COVID-19 para conocer la tasa de infección en el área que desea viajar. Por ejemplo, si planea permanecer en su comunidad y hay pocos casos, su riesgo de infección será bajo. Por

otro lado, si estuviera pensando en volar a Houston, Texas para asistir a una boda, el riesgo sería alto. Este mapa de la Universidad John Hopkins muestra el recuento de casos por condados que le proporcionará información específica. Tener todos los datos ayuda a decidir si cambiar de plan o tomar precauciones adicionales durante la visita.

¿Cuáles son los pedidos locales en la comunidad? Cada estado, condado, ciudad o pueblo puede tener reglas específicas relacionadas con COVID-19. Asegúrese de verificar antes de salir de casa.

¿Usted o las personas con las que vive tienen algún riesgo adicional de enfermedad grave por COVID-19? Tenga en cuenta esos factores cuando regrese, ya que puede haber estado expuesto al virus, ya que casi el 40% de los que son contagiosos con COVID-19 son asintomáticos durante los primeros 7-8 días, pero aún son contagiosos. La exposición no solo le afecta a usted sino también a los que están dentro de su hogar ya que el contacto cercano es inevitable.

¿Cómo llegarás allí? El transporte público puede ponerlo en contacto cercano con otras personas o viajar en automóviles con personas ajenas al hogar también puede aumentar su riesgo, mientras que una familia que viaja en un vehículo personal sería menos riesgosa.

Si se enferma con COVID-19, ¿estará de acuerdo con faltar al trabajo o la escuela? Este es un virus altamente contagioso. Se sabe que infecta una habitación entera de personas de una sola persona infectada presente. Esté preparado para estar sin trabajo durante al menos 14 días, pero posiblemente más tiempo dependiendo de la gravedad de los síntomas.

Probablemente no sea necesario decirlo, pero si está enfermo o posiblemente expuesto al COVID-19, cambie de plan y no vaya. Si está sano y decide ir, hágalo más seguro para usted y para los demás manteniendo una distancia física de 6 pies, lávese las manos con frecuencia y, si es posible, use una cubierta para la cara. Esos tres pequeños actos de amabilidad: mantener su espacio, cubrirse la cara, lavarse las manos, pueden ayudar a mantener el verano saludable para todos nosotros.

###

###

