



Edward D. Hill
Director

Milton Teske, M.D.
Health Officer

To promote and protect the health and well-being of Kings County residents through education, prevention, and intervention.



PARA PUBLICACION INMEDIATA

FECHA: 2 de abril, 2020

Contacto: Departamento de Salud Pública – (559)584-1401

EMAIL: Nichole.Fisher@co.kings.ca.us

Permanezca en su lugar, mantenga espacio y cúbrase la cara

El Oficial de Salud del Condado, Dr. Milton Teske, recomienda **cubrirse la cara** además de las medidas de refugio y distancia social actualmente en vigor aquí en el Condado de Kings. En todo el Valle Central, COVID-19 está dando a conocer su presencia y Salud Pública quiere asegurarse de que el Condado de Kings se mantenga por delante. Siguiendo la orientación actual del refugio en el lugar, podremos limitar la propagación del virus. Sin embargo, para esos momentos en los que debe abandonar su hogar, hay nuevas orientaciones disponibles para mantener su seguridad.

Cúbrase la cara cuando salgas de su casa. Anteriormente, se afirmaba que los trabajadores de la salud eran las únicas personas que deberían usar máscaras faciales. Afortunadamente, EE. UU. ha tenido la oportunidad de investigar cómo otros países han limitado la propagación del virus. Nuevos estudios muestran que cubrirse la cara mientras está en lugares públicos es una forma efectiva de limitar la propagación de este virus.

Muchos de los que han sido diagnosticados con COVID-19 han experimentado síntomas leves de gripe y algunos no han tenido ningún síntoma. Aquellos que han experimentado síntomas de COVID-19 a veces no desarrollan síntomas hasta el final del curso de la enfermedad. El Departamento de Salud Pública de California (CDPH) declara que puede haber un beneficio al reducir la transmisión asintomática con el uso de cubiertas faciales que ayudarían a reducir la liberación de partículas infecciosas en el aire y en las superficies, cuando alguien habla, tose o estornuda, incluido alguien que tiene COVID-19 pero se siente bien. Esto significa que usar una máscara facial en todo momento, mientras en lugares públicos, puede ayudar a limitar la propagación del virus, especialmente si las personas tienen el virus y no muestran signos o síntomas.

Es importante recordar que nuestros trabajadores de la salud, que brindan atención médica directa, son nuestros guerreros de primera línea en combatir esta guerra y nos protegen de

este virus. Queremos asegurarnos de que tengan la cantidad adecuada de equipo de protección para protegerse apropiadamente cuando están tratando a los enfermos. Como todos sabemos, la escasez de máscaras faciales está obstaculizando la capacidad de obtener el equipo de protección recomendado. Esperamos que las máscaras faciales estén disponibles públicamente pronto, pero hasta entonces, le pedimos que tome estas medidas preventivas, lo mejor que pueda. El Departamento de Salud Pública del Condado de Kings no emitirá máscaras faciales al público. Se pueden usar máscaras caseras simples, pañuelos y bufandas en lugar de las máscaras faciales, hasta que haya más máscaras disponibles.

Las formas de obtener máscaras faciales u otros medios para cubrir su rostro incluyen:

- Fuentes locales y en línea están vendiendo máscaras de tela hechas a mano. Esta también es una excelente manera de apoyar a las empresas locales que se han visto afectadas por esta pandemia.
- Las tiendas locales pueden tener un suministro limitado de máscaras disponibles.
- Algunas tiendas de telas están vendiendo y/o regalando kits para coser máscaras hechas a mano, que puede coser para usted y para otros. Hay instrucciones y ejemplos que se pueden encontrar en la Internet. Algunos enlaces útiles se enumeran a continuación.
[-https://www.joann.com/how-to-make-a-face-mask/042188731P321.html](https://www.joann.com/how-to-make-a-face-mask/042188731P321.html)
[-https://www.joann.com/make-to-give-response/](https://www.joann.com/make-to-give-response/)
[-https://thestitchingscientist.com/2020/03/how-to-sew-a-face-mask.html](https://thestitchingscientist.com/2020/03/how-to-sew-a-face-mask.html)
- Use un pañuelo o una bufanda en la boca y nariz mientras está en lugares públicos.
- Si logró comprar máscaras en sus tiendas locales antes de que los suministros fueran limitados, ahora es el momento de comenzar a usarlos y compartirlos con sus vecinos si tiene la capacidad de hacerlo.

CDPH les recuerda a todos que esta medida preventiva no reemplaza otras medidas basadas en la evidencia, como el distanciamiento social, el lavado frecuente de manos y permanecer en su hogar tanto como sea posible. Esta recomendación es adicional a estas recomendaciones y para aquellos que deben salir a lugares públicos para una de las necesidades o actividades esenciales enumeradas en la orden de refugio en el lugar. Usar una máscara facial o una cubierta facial no garantiza que no contraerá COVID-19.

Recomendaciones y pautas ya implementadas para ayudar a prevenir la propagación del virus:

- Se les pide a todos que **se queden en su hogar**. Existen excepciones para actividades críticas y esenciales. Su cumplimiento voluntario de estas medidas disminuirá la propagación y salvará la vida de muchas personas.
- El **distanciamiento social** significa mantener una distancia de seis pies o dos metros entre usted y los demás. Muchas tiendas en nuestra comunidad tienen marcas de cinta adhesiva en los pisos de sus líneas de pago para alentar el distanciamiento social mientras compran alimentos, medicamentos y otros artículos esenciales. Recuerde mantener el distanciamiento social en todo momento cuando esté en público para protegerse a sí mismo, a su familia y a su comunidad.
- **¡Lávese las manos!** Lavarse las manos es una de las formas más efectivas de prevenir la propagación de COVID-19 y otros virus. Lávese las manos durante al menos 20 segundos con agua y jabón. Trate de evitar tocar superficies comunes cuando esté en público. Lávese las manos tan pronto como ingrese a su hogar, para evitar la entrada de gérmenes externos a su hogar. También es importante desinfectar las superficies que se tocan con frecuencia en su hogar.
- Cuando use una máscara facial, es importante lavarse las manos antes y después de tocar y ajustar su máscara facial o cubierta. Lávese las cubiertas faciales diariamente con agua caliente y detergente para la ropa. Deseche los revestimientos faciales que ya no cubran la nariz y la boca, que tengan lazos o correas estiradas o dañadas, que no puedan quedar en la cara o que tengan agujeros o rasgaduras en la tela.

Nuestro trabajo como comunidad es proteger el Condado de Kings y ayudar a prevenir la propagación del virus. Recordemos que todos estamos juntos en esto. Podemos quedarnos en casa, lavarnos las manos, mantener nuestra distancia y cubrirnos la cara para mantener este virus bajo control dentro de nuestra comunidad.

Para obtener más información, visite los siguientes sitios.

www.kingscovidinfo.com

[Departamento de Salud Pública de California: Orientación para cubrirse la cara](#)

Milton Teske MD

Oficial de Salud, Departamento de Salud Pública del Condado de Kings