

LISTA DE VERIFICACIÓN PARA TODAS LAS PERSONAS

Página 1 de 2

Los siguientes son los protocolos de salud mínimos recomendados para todas las personas en Texas. Estos protocolos mínimos de salud no limitan los protocolos de salud que las personas pueden adoptar. Se recomienda a las personas a adoptar protocolos adicionales consistentes con sus necesidades y circunstancias específicas para ayudar a proteger la salud y seguridad de todos los tejanos.

El virus que causa la COVID-19 se puede transmitir a otros a través de personas infectadas que tienen pocos o ningún síntoma. Incluso si una persona infectada solo está levemente enferma, las personas a las que la transmite pueden enfermarse gravemente o incluso morir, especialmente si esa persona tiene 65 años o más con afecciones de salud preexistentes que la ponen en mayor riesgo. Debido a la naturaleza oculta de esta amenaza, todos deben seguir de manera rigurosa las prácticas especificadas en estos protocolos, todas las cuales facilitan una reapertura segura y medida de Texas. El virus que causa la COVID-19 sigue circulando en nuestras comunidades. Debemos seguir observando las prácticas que protegen a todos, incluyendo a los más vulnerables.

Por favor, tenga en cuenta que la orientación de salud pública no puede anticipar cada situación única. Las personas deben mantenerse informadas y tomar medidas basadas en el sentido común y el buen criterio que protegerán la salud y apoyarán la revitalización económica.

Protocolos de salud para personas:

- Las personas deben evitar estar en grupos de más de 10 individuos (incluyendo aquellos que forman parte de su hogar). Dentro de estos grupos, las personas, deben, tanto como sea posible, minimizar el contacto en persona con otros individuos que no forman parte de su hogar. Minimizar el contacto en persona incluye mantener 6 pies de distancia de las personas. Si tal distanciamiento de 6 pies no es factible, otros métodos deben ser utilizados para disminuir la propagación de la COVID-19, tales como como usar una cobertura facial, o mascarilla, lavarse o desinfectar las manos con frecuencia, y evitar compartir utensilios u otros objetos comunes.
- En algunos escenarios, tales como restaurantes y bares, es más difícil minimizar el contacto en persona, y el uso de coberturas faciales o mascarillas no es factible. Por esta razón, las mesas en los restaurantes y bares no deben exceder de 10 personas.
- En otros escenarios, el tamaño del grupo podría ser mayor de 10 individuos, dependiendo de los protocolos mínimos de salud particulares recomendados. En tales escenarios, los individuos deberán, en la medida que sea posible, minimizar el contacto en persona y utilizar otros métodos para disminuir la propagación de la COVID-19.
- Realice un autoexamen antes de entrar a un local comercial para detectar cualquiera de los siguientes signos o síntomas de una posible COVID-19, ya sean estos nuevos o que empeoran:
 - Tos
 - Falta de aire o dificultad para respirar
 - Escalofríos
 - Temblores repetidos con escalofríos
 - Dolor muscular
 - Dolor de cabeza
 - Dolor de garganta
 - Pérdida del gusto u olfato
 - Diarrea
 - Sentirse febril o tener una temperatura medida mayor o igual a 100.0 grados Fahrenheit (37 grados Celsius)
 - Contacto cercano sabido con una persona cuya COVID-19 ha sido confirmada por un laboratorio.

PERSONAS: Página 2 de 2

- Lave o desinfecte sus manos al ingresar a un local comercial y después de cualquier interacción con empleados, otros clientes o artículos dentro del local.
- Conforme a las medidas tomadas por muchos en todo el estado, considere usar coberturas faciales de tela (sobre la nariz y la boca) al ingresar a un local comercial, o cuando esté a 6 pies de otra persona que no forme parte de su hogar. Dependiendo de su disponibilidad, las personas deben considerar usar mascarillas faciales que no sean de grado médico. Un beneficio de usar una mascarilla es que le recuerda no tocarse la cara.
- Las personas de 65 años en adelante son más vulnerables ante la COVID-19. En la medida de lo posible, evite estar a menos de 6 pies de distancia de otras personas de 65 años o más. Las personas de 65 años en adelante deberían quedarse en casa tanto como sea posible.**
- Lleve consigo y utilice desinfectante de manos de forma regular, especialmente antes de comer.
- En esta pauta, un grupo es definido como 10 o menos personas, incluyendo miembros del mismo hogar e incluyendo a aquellos que se desplazaron juntos al evento o instalación. Entre grupos, o entre otras personas fuera del grupo, se deberán mantener 6 pies de distanciamiento y se recomiendan enfáticamente las coberturas faciales al estar a menos de 6 pies.