



# Directrices del Condado de Teton para los Individuos de Alto Riesgo Durante la Fase Roja, Anaranjada y Amarilla

General	<p>Siga cualquier otra norma establecida por los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), el Departamento de Salud de Wyoming o el Departamento de Salud del Condado de Teton</p> <p>Siga las Normas Estrictas de Higiene, incluyendo:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Lávese las manos con jabón y agua durante al menos 20 segundos con la mayor frecuencia posible</li> <li>• Use desinfectante de manos (que contenga al menos un 60% de alcohol) cuando jabón y agua no estén disponibles</li> <li>• Cubra las toses o los estornudos en la manga o el codo, no en las manos</li> <li>• Desinfecte las superficies frecuentemente tocadas con frecuencia (botones, manillas de puertas, encimeras, etc.)</li> <li>• Evite tocarse la cara</li> <li>• Quédese en casa cuando esté enfermo</li> </ul> <p>Siga las Medidas de Distanciamiento Físico:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Use una cubierta de tela para la cara en público cuando no pueda mantener el espacio de distancia física de 6 pies</li> <li>• Siempre mantenga una distancia de 6 pies de otras personas cuando esté en público</li> <li>• Absténgase de darse la mano con otras personas</li> <li>• No visite a los amigos o familia sin necesidad urgente</li> <li>• No asista a las reuniones grandes</li> <li>• Se fomentan los chateos telefónicos y de video en lugar de las reuniones en persona</li> </ul>
Individuos de Alto Riesgo	<p>Vea las recomendaciones de los CDC para <a href="#">“Personas que Necesitan Tomar Precauciones Adicionales”</a> para obtener orientación más específica para individuos de alto riesgo.</p> <p>Se identifican a los “individuos de alto riesgo” como aquellos de 65 años de edad y mayores, aquellos que viven en un hogar de ancianos o en una instalación de cuidados a largo plazo, y aquellos de todas las edades con condiciones médicas subyacentes especialmente si no están bien controladas. Estas condiciones médicas incluyen: personas con enfermedad pulmonar crónica, asma moderada a grave, condiciones cardíacas graves, diabetes, obesidad grave, enfermedad renal crónica sometida a diálisis, enfermedad hepática, o inmunocomprometido de otra manera (sometido a tratamiento contra el cáncer, un trasplante de médula ósea o de órgano, las deficiencias inmunitarias, el VIH o SIDA mal controlados, y el uso prolongado de esteroides para la corteza y otros medicamentos de debilitamiento inmune). También hay investigaciones que apoyan un mayor riesgo de enfermedad grave para aquellos que fuman o fuman cigarrillos electrónicos. Aunque las mujeres embarazadas parecen tener el mismo riesgo que las adultas que no están embarazadas, las mujeres embarazadas deben protegerse a sí mismos de la exposición al COVID-19 y deben tomar precauciones similares a las de los individuos de alto riesgo.</p> <p>Los hogares con individuos de alto riesgo deben considerar proporcionar precauciones más intensivas y deben comportarse como si fueran un riesgo significativo para el individuo de alto riesgo por:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Usar una cubierta de tela para la cara</li> <li>• Lavarse las manos con frecuencia antes de interactuar con la persona, incluyendo dar de comer o cuidar a la persona</li> <li>• Proporcionar un espacio protegido para los miembros del hogar de alto riesgo, si sea posible</li> <li>• Asegurar que se desinfecten todos los utensilios y superficies con frecuencia</li> <li>• Aquellos que son, o trabajan con, poblaciones de alto riesgo deben someterse a revisión diaria/monitorización de síntomas y deben ser probados si desarrollan síntomas de COVID-19</li> <li>• Las poblaciones de alto riesgo deben tomar precauciones adicionales para evitar el contacto cercano con varias personas, incluyendo tener los mismos cuidadores siempre que sea posible</li> </ul>



Hogares con Miembros de la Familia Enfermos

- Dé a los miembros enfermos sus propios cuartos si sea posible y mantenga la puerta cerrada
- Considere proporcionar protecciones adicionales o cuidado más intensivo para los miembros del hogar de alto riesgo: consulte la orientación de los [CDC para cuidar a una persona enferma en casa](#)
- Tenga que solamente un miembro de la familia lo cuide

## Directrices Escalonadas para los Individuos de Alto Riesgo

Categoría	Alto Riesgo	Riesgo Moderado	Bajo Riesgo	Nuevo Riesgo Normal
Interacciones con Individuos de Alto Riesgo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evite las interacciones físicas con los individuos de alto riesgo tanto como sea posible</li> <li>• No visitas a los hospitales, hogares de ancianos, y otras instalaciones de cuidado residencial</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evite las interacciones físicas con los individuos de alto riesgo tanto como sea posible</li> <li>• Evite las visitas a los hospitales, hogares de ancianos, y otras instalaciones de cuidado residencial</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ningún individuo sintomático debe interactuar con individuos de alto riesgo</li> <li>• Limite los visitantes a los hospitales, hogares de ancianos, y otras instalaciones de cuidado residencial</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Ningún individuo sintomático debe interactuar con individuos de alto riesgo</li> <li>• Tome precauciones adecuadas (como usar una cubierta de tela para la cara) cuando visite los hospitales, hogares de ancianos, y otras instalaciones de cuidado residencial</li> </ul>
Acciones de Individuos de Alto Riesgo	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Use las cubiertas de tela para la cara en todo momento en entornos públicos</li> <li>• Si es posible, trabaje desde casa</li> <li>• Limite el viaje sólo a viajes esenciales (vea la categoría de viaje a continuación para la definición), o limite el viaje a viajes relacionados con el trabajo si trabajar desde casa no sea posible</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Use las cubiertas de tela para la cara en todo momento en entornos públicos</li> <li>• Si es posible, trabaje desde casa</li> <li>• Limite el viaje sólo a viajes esenciales (vea la categoría de viaje a continuación para la definición), o al trabajo si trabajar desde casa no sea posible</li> <li>• Limite visitar a familia o amigos sin una necesidad urgente</li> <li>• Limite las interacciones físicas con otros individuos de alto riesgo, excepto para los miembros de su hogar</li> <li>• Limite asistir a las reuniones de cualquier número de personas fuera de su hogar</li> <li>• No visite los hospitales, hogares de ancianos, y otras instalaciones de cuidado residencial</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Use las cubiertas de tela para la cara en todo momento en entornos públicos</li> <li>• Si es posible, trabaje desde casa</li> <li>• Limite el viaje sólo a viajes esenciales (vea la categoría de viaje a continuación para la definición), o al trabajo si trabajar desde casa no sea posible</li> <li>• Limite visitar a familia o amigos sin una necesidad urgente</li> <li>• Limite las interacciones físicas con otros individuos de alto riesgo, excepto para los miembros de su hogar</li> <li>• Limite asistir a las reuniones de cualquier número de personas fuera de su hogar</li> <li>• Limite las visitas a los hospitales, hogares de ancianos, u otras instalaciones de cuidado residencial</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Use las cubiertas de tela para la cara en todo momento en entornos públicos</li> <li>• Tome precauciones adecuadas cuando visite los hospitales, hogares de ancianos, y otras instalaciones de cuidado residencial</li> </ul>
Uso de Cubiertas para la Cara	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Use una cubierta de tela para la cara en público cuando no pueda mantener el espacio de distanciamiento físico de 6 pies</li> <li>• Lave las cubiertas de tela para la cara rutinariamente</li> <li>• Los individuos deben mantener 6 pies de distancia de otras personas incluso cuando usando una cubierta de tela para la cara</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Use una cubierta de tela para la cara en público cuando no pueda mantener el espacio de distanciamiento físico de 6 pies</li> <li>• Lave las cubiertas de tela para la cara rutinariamente</li> <li>• Los individuos deben mantener 6 pies de distancia de otras personas incluso cuando usando una cubierta de tela para la cara</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Use una cubierta de tela para la cara en público cuando no pueda mantener el espacio de distanciamiento físico de 6 pies</li> <li>• Lave las cubiertas de tela para la cara rutinariamente</li> <li>• Los individuos deben mantener 6 pies de distancia de otras personas incluso cuando usando una cubierta de tela para la cara</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las cubiertas de tela para la cara no son necesarias para el público en general, pero todavía se recomiendan para los individuos de alto riesgo y aquellos individuos que trabajan con o interactúan con individuos de alto riesgo</li> </ul>
Viaje	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limite el viaje a sólo viajes esenciales. Póngase en Cuarentena durante 14 días a su regreso a Wyoming.</li> </ul> <p><b>Los Viajes Esenciales pueden incluir:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Realizar tareas esenciales para su salud y seguridad, o</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Limite el viaje a viajes esenciales, monitoree a usted mismo para los síntomas durante 14 días a su regreso; evite zonas de alta exposición</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Casi todas las restricciones de viaje han sido levantadas, evite zonas de alta transmisión</li> <li>• Monitoree a usted mismo para los síntomas durante 14 días a su regreso</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Los viajes normales, evite zonas de alta exposición</li> <li>• Monitoree a usted mismo para los síntomas durante 14 días a su regreso</li> </ul>



Categoría	Alto Riesgo	Riesgo Moderado	Bajo Riesgo	Nuevo Riesgo Normal
	<p>para la salud y seguridad de sus miembros o mascotas del hogar, incluyendo, por ejemplo y sin limitación, obtener suministros médicos o medicamento o visitar a un profesional de asistencia médica</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cuidar a un miembro de la familia o a una mascota en otro hogar</li> <li>• Obtener los suministros necesarios para usted mismo o los miembros del hogar (incluyendo, por ejemplo y sin limitación, comestibles, comida, licor, artículos de deporte, y productos necesarios para mantener la seguridad, el saneamiento, y el funcionamiento esencial de una residencia)</li> <li>• Entregar los suministros necesarios (incluyendo, por ejemplo y sin limitación, comestibles, comida, licor, artículos de deporte, y productos necesarios para mantener la seguridad, el saneamiento, y el funcionamiento esencial de una residencia)</li> </ul>			

## Directrices Adicionales para los Individuos de Alto Riesgo Durante las Fases Roja, Anaranjada, Amarilla, y Verde

A medida que continuamos los esfuerzos para entender las características de COVID-19 y atravesamos una estrategia por fases para reabrir la economía, se debe hacer énfasis especial en los comportamientos que ayudan a proteger a los individuos de alto riesgo. Esto permitirá que la estrategia de salud pública se convierta de las directrices que afectan a toda la población a las intervenciones dirigidas que protegen a los individuos de alto riesgo. Las poblaciones que necesitan considerar instrucciones especiales son:

- Los individuos que tienen condiciones de salud de alto riesgo pero quieren regresar al trabajo
- Los individuos que reciben cuidado en instalaciones de larga duración como centros de vida asistidos, hogares de ancianos, etc.
- Los individuos que trabajan con poblaciones de alto riesgo
- Los individuos de alto riesgo (debido a la edad u otros factores), que están confinados o que eligen quedarse en casa

Basado en las directrices de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC), se identifican a los individuos de alto riesgo como aquellos de 65 años de edad y mayores, aquellos que viven en un hogar de ancianos o en una instalación de cuidados a largo plazo, y aquellos de todas las edades con condiciones médicas subyacentes especialmente si no están bien controladas. Estas condiciones médicas incluyen: personas con enfermedad pulmonar



crónica, asma moderada a grave, condiciones cardíacas graves, diabetes, obesidad grave, enfermedad renal crónica sometida a diálisis, enfermedad hepática, o inmunocomprometido de otra manera (sometido a tratamiento contra el cáncer, un trasplante de médula ósea o de órgano, las deficiencias inmunitarias, el VIH o SIDA mal controlados, y el uso prolongado de esteroides para la corteza y otros medicamentos de debilitamiento inmune). También hay investigaciones que apoyan un mayor riesgo de enfermedad grave para aquellos que fuman o fuman cigarrillos electrónicos. Aunque las mujeres embarazadas parecen tener el mismo riesgo que las adultas que no están embarazadas, las mujeres embarazadas deben protegerse a sí mismos de la exposición al COVID-19 y deben tomar precauciones similares a las de los individuos de alto riesgo.

#### **Cómo podemos proteger a los individuos de alto riesgo:**

- Use cubiertas de tela para la cara/mascarillas cuando esté a menos de una distancia de 6 pies de otras personas
- Siga las normas adecuadas de higiene y las directrices de distanciamiento físico, especialmente alrededor de los individuos de alto riesgo
- Los hospitales, hogares de ancianos, establecimientos de cuidados a largo plazo y otras instalaciones de cuidado residencial desarrollarán planes que restrinjan a los visitantes, monitoricen a los trabajadores de asistencia médica y residentes para fiebres y síntomas regularmente, y limiten las actividades dentro del establecimiento para mantener la seguridad de los pacientes/residentes
- Los entornos de venta al menudeo creen un periodo establecido para que los grupos de alto riesgo puedan venir sin la presión de multitudes, incluyendo las horas especiales de la farmacia
- Los lugares de trabajo reduzcan el contacto cara a cara, asignen tareas que permitan a los individuos de alto riesgo mantener una distancia de 6 pies de otros trabajadores o clientes, y los permitan trabajar desde casa
- Aquellos que son, o trabajan con, poblaciones de alto riesgo deben someterse a una revisión diaria/monitorización de síntomas y deben ser probados si desarrollan síntomas
- Los hogares con individuos de alto riesgo deben considerar proporcionar precauciones más intensivas y deben comportarse como si fueran un riesgo significativo para el individuo de alto riesgo, incluyendo usar una cubierta de tela para la cara y lavarse las manos con frecuencia antes de interactuar con la persona. Si es posible, proporcione un espacio protegido para los miembros del hogar de alto riesgo, y asegúrese de que se desinfecte todos los utensilios y las superficies regularmente

#### **CÓMO LOS INDIVIDUOS DE ALTO RIESGO PUEDEN PROTEGERSE:**

Vea las recomendaciones de los CDC para [“Personas que Necesitan Tomar Precauciones Adicionales”](#) para obtener orientación más específica para individuos de alto riesgo.

- Limite el viaje; si trabajar desde casa no es posible, limite el viaje a sólo viajes relacionados con el trabajo
- Limite visitar a amigos o familia
- Limite asistir a reuniones con personas fuera de su hogar o residencia, especialmente con otros individuos de alto riesgo
- No visite los hospitales, hogares de ancianos, u otras instalaciones de cuidado residencial
- Las poblaciones de alto riesgo deben tomar precauciones adicionales para evitar el contacto cercano con varias personas, incluyendo tener los mismos cuidadores siempre que sea posible
- Haga arreglos especiales para la entrega de productos farmacéuticos y comestibles si es necesario

Al tomar precauciones adicionales, podemos proteger incluso a las personas más vulnerables alrededor de nosotros, y mantenerse sanos juntos.