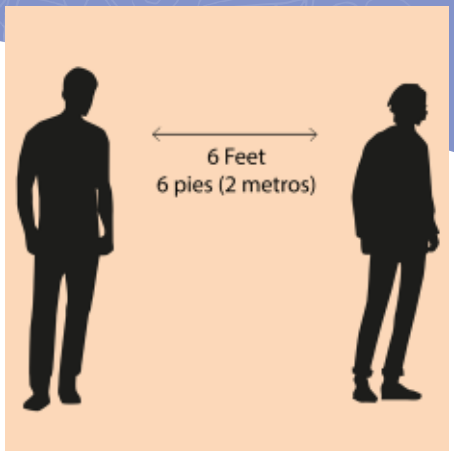
Distanciamiento Social

Mantenga su distancia para ayudar a prevenir COVID-19

VOLUNTEERS IN MEDICINE
CLINIC OF THE CASCADES

El distanciamiento social significa reducir el contacto con gente, especialmente en reuniones con muchas personas.

Es una medida de salud pública de gran importancia para ayudar a disminuir que se propaguen enfermedades altamente contagiosas como lo es el coronavirus (COVID-19).



¿Por qué debo mantener el distanciamiento social?

Cuando alguien infectado con el virus tose o estornuda, expulsa gotas diminutas al aire que se esparcen hasta varios pies (metros) de distancia. Si usted respira esas gotas diminutas o caen sobre su cara, entonces usted podría infectarse.

La historia le da la razón a las acciones que actualmente está aplicando el estado de Oregon - durante la pandemia de 1918 las comunidades estadounidenses que establecieron las estrategia de distanciamiento social redujeron enormemente la transmisión de la enfermedad.

Una de las medidas mas importantes para que las personas puedan protegerse de la enfermedad y ayuden a disminuir el contagio es mantenerse por lo menos a 3 pies (1 metro) de distancia, siendo lo ideal ubicarse 6 pies (2 metros) entre cada individuo en establecimientos públicos.

Esta recomendación es importante, en particular para personas de alto riesgo que puedan sufrir complicaciones por el COVID-19 (ancianos, personas de cualquier edad con enfermedades crónicas relacionadas al corazón o los pulmones, personas con diabetes, cáncer o HIV).

Por favor continúe la práctica de lavarse las manos, desinfectar, y mantener la distancia personal recomendada por Deschutes County Health Services y la CDC (Departamento de Salud y Servicios del Condado de Deschutes y El Centro de Control de Enfermedades).

Mantenga su distancia.
Disminuya su esparcimiento.

Para mas información en el distanciamiento social y la respuesta del Estado de Oregon ante el COVID-19 visite:
www.healthoregon.org/coronavirus

Volunteers in Medicine
2300 NE Neff Road, Bend, OR
(541) 330-9001
www.vim-cascades.org