

COVID-19



Información General

¿Qué es el Coronavirus y cómo se propaga?

- El coronavirus es un virus que afecta la capacidad de una persona para respirar. Se transmite de persona a persona y cualquiera puede infectarse.
- No hay vacuna para prevenir el COVID-19.
- Se cree que el virus se propaga cuando las personas están cerca de las otras (unos 6 pies o 2 metros).

El virus se transmite cuando una persona infectada tose, estornuda o habla. Las gotitas respiratorias (saliva) pueden caer sobre las personas que están cerca o y posiblemente pueden inhalarse a los pulmones.

- El COVID-19 se puede transmitir en personas que no se sienten enfermas o que no muestran síntomas.

Formas de prevenir la propagación de COVID-19

QUEDARSE EN CASA

- Sólo salga de casa para comprar alimentos o las medicinas.
- Manténgase alejado de las personas, incluso de sus miembros de familia que no están viviendo en su casa.
- No permita que sus hijos jueguen con otros niños.

DISTANCIAMIENTO SOCIAL

- Quédese en casa lo más que pueda.
- Mantenga una distancia de al menos 6 pies (unos dos metros) entre usted y los demás.
- Use una máscara cuando tenga que estar afuera y pueda estar a unos 6 pies (unos dos metros) de distancia de otras personas.
- Si tiene que ir a trabajar, manténgase alejado de otras personas, si puede.
- Si está enfermo, es super importante que se quede en casa.
- Si le diagnosticaron COVID-19, quédese en casa hasta que su proveedor de atención médica le autorice regresar al

¿Qué pasa si me siento enfermo?

Para cuidarte a ti mismo:

- Los síntomas comunes del COVID-19 incluyen: fiebre, tos y falta de aire. Otros síntomas pueden incluir: náusea, vómito pérdida del sentido del olfato y/o el gusto, diarrea, molestias en el pecho y dolores musculares.
- “Si se siente enfermo, llame al doctor para recibir atención médica.” Si su proveedor de atención médica es Good News Clinics, MedLink o la Clínica de Atención Primaria del Departamento de Salud, llame primero a ese consultorio.
- Si no tiene sitio o fuente habitual de atención médica y no tiene seguro médico, vaya al Departamento de Emergencia de NGMC en Gainesville, Braselton, Barrow or Lumpkin.
- Puede llamar al Departamento de Salud para la prueba de Covid: 770-535-5743

Si tiene problemas para respirar, dolor en el pecho que no se detiene,

labios o cara azules o están confundidos, llame al 911 de inmediato.

Para proteger a los demás en su hogar:

Para proteger a otros en su hogar:

- Sepárense de las otras personas que están en su casa si está enfermo.
- En la medida de lo posible, quédese en un “cuarto del enfermo” específico, lejos de los demás.
- Use un baño separado, si es posible.
- Use una mascarilla, bufanda o pañuelo.
 - Cúbrase la boca y la nariz con un pañuelo cuando estornude. Tire los pañuelos usados en un bote de basura que esté forrado.
- Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos.
- Limpie con frecuencia las superficies de su “cuarto de enfermo” y baño. Deje que otra persona desinfecte las superficies en áreas comunes, pero si es posible, la persona con el virus debe limpiar el cuarto y el baño.
- Limpie los teléfonos, control remotos, las superficies, mesas, manijas de las puertas, accesorios del baño, inodoros, teclados, tabletas y mesas de noche.
 - Limpie y desinfecte las áreas que pueden tener sangre, heces o fluidos corporales. Limpie el área o los objetos con agua y jabón u otro detergente si están sucios. Luego, use un desinfectante de uso doméstico.
- El limpiador de baño Lysol, el limpiador de superficies múltiples Clorox, y las toallitas desinfectantes Clorox eliminan el virus en las superficies. Si necesita productos de limpieza o mascarillas para su familia comuníquese con United Way del Condado de Hall al 770-536-1121.

Lavar tus manos con frecuencia

- **Lávese las manos:** Lávese las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Esto es especialmente importante después de sonarse la nariz, toser o estornudar; yendo al baño; y antes de comer o preparar comida.
- **Desinfectante para manos:** si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos a base de alcohol con al menos 60% de alcohol, cubriendo todas las superficies de sus manos y frotándolas hasta que se sientan secas.
- **Jabón y agua:** el jabón y el agua son la mejor opción, especialmente si las manos están visiblemente sucias.
- **Evite tocar:** evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos sin lavar.

Recursos de la Comunidad

...

DISTRITO 2 DE SALUD PUBLICA

PRUEBAS GRATIS PARA EL COVID-19

A TRAVÉS DE LA VENTANILLA DE SU CARRO

Tarjetas de regalo de Chick-fil-A

Cortesía del Chick-fil-A de Gainesville, hasta que se agoten.

Sábado mayo 9, 2020 de 8:30 AM – 5 PM

Allen Creek Soccer Complex

DISTRIBUCIÓN DE SUMINISTRO DE LIMPIEZA ESTA SEMANA

|

Tenga en cuenta que cualquiera que desee recoger artículos de limpieza debe inscribirse con anticipación comunicándose con Beth Oropeza, directora del Centro Compass, en beth@unitedwayhallcounty.org o 770-536-1121. Para español, llamen al 678-989-5334

Gracias a las generosas contribuciones de individuos y grupos de la comunidad, estamos llevando a cabo nuestra primera distribución de suministros de limpieza esta semana. Las familias necesitadas pueden recoger suministros de limpieza para ayudar a prevenir la propagación de COVID-19 de la oficina del Condado de United Way of Hall durante los siguientes días y horarios:

Miércoles 6 de mayo | 10 a.m. a 2 p.m.

Jueves 7 de mayo | 10 a.m. a 2 p.m.

Viernes 8 de mayo | 10 a.m. a 2 p.m.

|

COVID-19

Pruebas Y Costos

Tenga en cuenta que la información está cambiando rápidamente.

- ✓ ¿Cómo se hacen las pruebas de detección de COVID a las familias? ¿Cuanto cuesta? ¿Se requiere documentación?
 - [Northeast Georgia Medical](#)
 - [Information by Language](#)
 - [Good News Clinic](#)
- ✓ Información más reciente sobre COVID-19
 - [Daily Status Report](#)
 - [NGHS](#)

COVID-19 Recursos

Alquilar
Utilidades
Suministros de Limpieza

Hay fondos limitados disponibles a través de agencias comunitarias, como el fondo COVID en United Way. Si las familias experimentan dificultades con el alquiler y los servicios públicos debido a COVID, comuníquese con United Way para comunicarse con un trabajador social que evaluará y brindará apoyo, si es posible.

Las familias deben poder proporcionar información y documentación sobre el alquiler y el costo de los servicios públicos, la información del propietario, etc., ya que se verifica toda esta información.

Cell Phone Service

Servicio de telefonía celular

Recursos Alimenticios

La información se actualiza regularmente; Sin embargo, ¡contactar a la despensa específicas siempre es una buena idea!

¿Dónde puedo encontrar recursos locales para asistencia alimentaria?

[Hall County Food Resources](#)

Recursos alimenticios del condado de
Hall

Salud Y Bienestar

Los niños pueden sentir una sensación de pérdida o incertidumbre. Hablar con ellos sobre eventos actuales puede aliviar cualquier ansiedad que puedan tener.

Recursos para ayudar a explicar COVID-19

- Libro de cuentos para niños sobre COVID-19 *My Hero is You, (Mi Heroe eres tu)*
- Historia de coronavirus para niños
- Hablar con los estudiantes sobre COVID 19 (por grupo de edad)
- GSCA “Consejos para padres durante COVID 19”
 - Versión Inglesa
 - Versión en español

Kit de Herramientas de Gainesville

Incluye información para solicitar desempleo,
servicios públicos, beneficios de SNAP, etc.

Recursos de Salud Mental

Hay una gran cantidad de estrés en los estudiantes y los padres.

Visite los sitios web a continuación para conocer las mejores prácticas para la salud mental durante COVID-19.

Consejos de afrontamiento

Medios de comunicación. Establezca un límite en el consumo de medios, incluidas las redes sociales, las noticias locales o nacionales.

Mantente activo, Asegúrese de dormir y descansar lo suficiente. Mantente hidratado y evita cantidades excesivas de cafeína. Coma alimentos saludables cuando sea posible.

Conectarse con seres queridos y otras personas que pueden estar experimentando estrés por el brote. Hable sobre sus sentimientos y disfrute de una conversación no relacionada con el brote.

Haga clic aquí para recursos para padres

Haga clic aquí para recursos estudiantiles

Haga clic aquí para obtener recursos de NAMI (español)

Habilidades de Verano



Los maestros compartirán listas de habilidades que facilitarán la transición al próximo grado.

Recursos educativos

[Educational Resources](#)

Números telefónicos útiles

MedLink Gainesville

- 770-287-7597

Hall County Health
Department

- 770-535-5743

Good News Clinic

- 770-503-1369

Línea directa COVID-19 del estado de
Georgia
Abierto de 8 a.m. a 5 p.m. (tiene una
opción en **Español**)

- 844-442-2681

Preguntas?