



DETROIT  
**Health Department**

Detroit Health Department  
100 Mack Avenue, 3<sup>rd</sup> Floor  
Detroit, Michigan 48201

Phone 313•876•4000  
Fax 313•877•9244  
[www.detroitmi.gov/health](http://www.detroitmi.gov/health)

## Guía de Distanciamiento Social y COVID-19

Esta guía proporciona recomendaciones para reducir el contacto cercano con otras personas, en un esfuerzo para reducir la propagación del nuevo coronavirus o COVID-19.

### Recomendaciones generales:

- Mantén una distancia de al menos 6 pies entre otras personas
- Evita a las personas quienes están enfermas.
- Si estás enfermo/a, haz una cuarentena y evita las interacciones con personas y animales en el hogar.
- Los adultos mayores y las personas con condiciones crónicas como enfermedades cardíacas, diabetes y enfermedades pulmonares deben limitar el contacto físico con el público de manera significativa debido al mayor riesgo.
- Cancela o aplaza los eventos de 50 personas o más. Los eventos de cualquier tamaño solo deben continuar si pueden llevarse a cabo respetando las pautas del Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC, por sus siglas en inglés) para proteger a las poblaciones vulnerables, la higiene de las manos y el distanciamiento social. Visita [www.cdc.gov/coronavirus](http://www.cdc.gov/coronavirus) para obtener orientación adicional.
- Ofrece desde alternativas a reuniones en persona, tales como teleconferencias, reuniones virtuales o grabaciones.

### Escuelas/Guarderías:

- Reduzcan la frecuencia de reuniones grandes (por ejemplo, asambleas) y limiten el número de asistentes por reunión.
- Modifiquen los horarios para reducir la mezcla (por ejemplo, receso escalonado, horarios de entrada y salida)
- Limiten las interacciones entre escuelas
- Consideren la distancia o el aprendizaje electrónico en algunos entornos
- Despidos a corto plazo para la escuela y actividades extracurriculares según sea necesario (por ejemplo, si se trata de casos en el personal o estudiantes) para la limpieza y el seguimiento de contactos.



DETROIT  
**Health Department**

Detroit Health Department  
100 Mack Avenue, 3<sup>rd</sup> Floor  
Detroit, Michigan 48201

Phone 313•876•4000  
Fax 313•877•9244  
[www.detroitmi.gov/health](http://www.detroitmi.gov/health)

### **Instalaciones de Vivienda de Asistencia, Instalaciones de Vivienda para Personas Mayores y programas diurnos para adultos:**

- Reduzcan las reuniones grandes (por ejemplo, eventos sociales grupales)
- Modifiquen los horarios para reducir la interacción (por ejemplo, escalonar el horario del almuerzo, las actividades, los horarios de entrada y salida)
- Limiten programas con personal externo
- Consideren que los residentes permanezcan en las instalaciones y limiten su exposición a la comunidad general
- Limiten las visitas e implementen las revisiones de visitantes
- Cierres a corto plazo según sea necesario (por ejemplo, si se trata de casos en el personal, residentes o clientes que viven en otro lugar) para la limpieza y el rastreo de contactos.

### **Lugares de trabajo:**

- Aumenten el espacio físico entre los trabajadores en el lugar de trabajo.
- Modifiquen los horarios de trabajo.
- Disminuyan contactos sociales en el lugar de trabajo (por ejemplo, limitar las reuniones en persona, reunirse para almorzar en una sala de descanso, etc.)
- Alienten al personal a teletrabajar (cuando sea posible), particularmente a las personas con mayor riesgo de enfermedad grave.
- Limiten las reuniones grandes relacionadas con el trabajo (por ejemplo, reuniones de personal, funciones posteriores al trabajo).
- Limiten los viajes de trabajo que no sean esenciales.

### **Comunidades Religiosas:**

- Reduzcan las actividades (por ejemplo, congregación grupal, servicios religiosos), especialmente para organizaciones con individuos con mayor riesgo de enfermedad grave.
- Consideren ofrecer video o audio de los eventos.
- Cancele reuniones grandes (por ejemplo, 50 personas o más, aunque el umbral queda a criterio de la comunidad) o cambien a grupos más pequeños.
- Para las organizaciones que atienden a poblaciones de alto riesgo, cancelen reuniones de más de 10 personas