

3 de marzo de 2020

Las escuelas públicas del condado de St. Mary (SMCPS) y el Departamento de Salud del condado de St. Mary (SMCHD) entienden la preocupación de muchas personas por la posible propagación de la nueva enfermedad del coronavirus (COVID-19) a nuestra zona. A pesar de que la COVID-19 se ha detectado en los Estados Unidos, Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de los EE.UU. está informando que el riesgo para el público americano en general sigue siendo bajo en este momento.

SMCPS y el SMCHD están trabajando de cerca con agencias locales, estatales y federales para monitorear la situación. Mantenemos un plan de salud pública coordinado y completo para asegurarnos de que estamos preparados si surgen casos en nuestra comunidad. SMCPS estará preparado para implementar recomendaciones de salud pública según sean necesarias.

Como una mejor práctica para la salud general en la temporada de gripe y resfriados, el CDC recomienda que los individuos reciban la vacuna contra la gripe y participen cada día en medidas preventivas para prevenir la propagación de gérmenes y evitar enfermedades (incluyendo COVID-19), tales como:

- Lavarse las manos frecuentemente con agua y jabón durante al menos 20 segundos. Si no hay agua y jabón disponibles, usen desinfectantes para manos a base de alcohol.
- Evite tocarse los ojos, la boca y la nariz con las manos sin lavar.
- Evite el contacto cercano con personas que estén enfermas.
- Quédese en casa cuando esté enfermo. El CDC recomienda que las personas permanezcan en casa durante al menos 24 horas después de que ya este libre de fiebre o síntomas de fiebre (por ejemplo, escalofríos, sensación de
- apariencia cálida y sonrojada).
- Cubra su tos o estornudo con un pañuelo de papel, e inmediatamente deseche el pañuelo en el
- basura.
- Limpie y desinfecte los objetos y las superficies que se tocan con frecuencia.
- Tome cualquier medicamento antiviral que le hayan recetado según las instrucciones.
- Siga las recomendaciones del CDC para el uso de una máscara:
 - **No** se recomienda que las personas que están bien de salud usen una máscara para protegerse de enfermedades respiratorias, incluyendo COVID-19
 - Las máscaras deben ser usadas por personas que muestran síntomas de enfermedad y por los trabajadores de la salud y otras personas que cuidan de alguien que está enfermo
- Si le preocupa tener COVID-19 debido a su historial de viajes o exposición a alguien que tiene COVID-19, por favor asegúrese de llamar a su médico antes de ir por una evaluación médica.

El sistema de escuelas públicas del condado de St. Mary's no discrimina en base a raza, color, sexo, edad, origen nacional, estado civil, la orientación sexual, religión o discapacidad en asuntos que afectan al empleo o a la provisión de acceso a los programas.

Hay información adicional visite el sitio web, [St. Mary's County Health Department](#):

www.smcps.org/coronavirus. Información sobre las pruebas para detectar COVID-19 y casos en Maryland es actualizada en el sitio web, [Maryland Department of Health](#).

J. Scott Smith, Ed.D

Meenakshi G. Brewster, MD, MPH, FAAFP

Superintendente de Escuelas

Oficial de Salud del Condado de St. Mary's