



Elkhorn Logan Valley Public Health Department

Proudly serving Burt, Cuming, Madison and Stanton counties.

March 09, 2020

Para: Padres/Guardianes de estudiantes del distrito del departamento de salud de Elkhorn Logan Valley (ELVPHD) - (Madison, Cuming, Madison, y Stanton condados)

Información de Salud de COVID-19

COVID-19 es una enfermedad causada por el nuevo coronavirus 2019. El público en general, probablemente no estará expuesto al virus en este momento. En este momento, el riesgo de COVID-19 se considera bajo. Ciertas personas tendrán un mayor riesgo de infección, por ejemplo, personas que viajan a países con comunidades extensas de COVID-19, trabajadores de la salud (médicos, enfermeras, etc.) que atienden a pacientes con COVID-19 y otros contactos cercanos a personas con COVID-19. Esta situación puede causar preocupaciones, es importante tomarse el tiempo para informarse, comenzar a hacer lo que pueda y hacer un plan para que su familia esté preparada. Siga estos pasos para comenzar el plan:

1. Hable con sus abuelos, guarderías, escuelas, vecinos, etc. para hacer un plan sobre lo que haría si alguno de estos servicios no está disponible.
2. Asegúrese de que su familia tenga lo esencial que su familia necesitaría, como necesidades médicas o medicamentos.
3. Haga una lista de organizaciones comunitarias que puedan ayudar con las necesidades que su familia tendrá como consejeros, recursos para alimentos, etc.
4. Prepare una lista de contactos de emergencia para su familia.
5. Escoge un cuarto en su casa que pueda ser usado para separar los miembros enfermos de su casa de los que están saludables.
6. Considera que necesitaría hacer si su hijo no podría ir a la escuela o si usted no podría ir al trabajo por varios días.
7. Sigue informado y actualizado de la situación de COVID-19 leyendo recursos confiables como Centros para Control de Enfermedades en www.cdc.gov.
8. Este sitio te puede ayudar planear y estar preparado:
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/community/home/get-your-household-ready-for-COVID-19.html>

ELVPHD ha estado monitoreando la situación de COVID-19 y se mantiene en contacto cercano con el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nebraska (DHHS), los Centros para el Control de Enfermedades (CDC), su escuela y muchos otros socios en el área para proteger a las personas de Noreste de Nebraska. Esta es una situación que cambia rápidamente con muchas preguntas sin respuesta, pero cada día se entiende más.

Aquí hay algunas cosas que puede hacer para ayudarlo a usted y a otros a mantenerse saludables:

1. Lávese las manos con frecuencia con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de ir al baño; antes de comer; y después de sonarse la nariz, toser o estornudar. Si no hay agua y jabón disponibles, use desinfectante para manos con al menos 60% de alcohol.
2. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca con las manos que no estén lavadas
3. Cubra su tos o estornude con papel de seda y luego tire el pañuelo a la basura
4. **Quédese en casa y lejos de los demás cuando esté enfermo durante toda la enfermedad.**
5. Limpie y desinfecte los objetos y superficies que se tocan con frecuencia con un spray o toalla de limpieza doméstica (puertas, interruptores de luz, puertas de gabinetes, controles remotos, teléfonos celulares, etc.)
6. Infórmate y ten un plan

Sinceramente,
Gina Uhing
Director de Salud