

Las siguientes recomendaciones se aplican a cualquier persona que no esté completamente vacunada contra COVID-19.

Las personas vacunadas [deben seguir las recomendaciones de los CDC](#).

## COVID NARANJA: Riesgo alto de propagación de COVID-19

Público en general	Fuera del hogar – Trabajo, social, lugares públicos	En el hogar
Distanciamiento físico	<ul style="list-style-type: none"> <li>• <b>Limitar las actividades fuera del hogar</b>, excepto por trabajo, escuela, atención médica o alimentos</li> <li>• Mantenerse a una distancia de al menos 6 pies de todas las personas fuera del hogar</li> <li>• Trabajar desde casa cuando sea posible</li> <li>• Las actividades individuales al aire libre, como caminar, montar en bicicleta, etc. son preferibles</li> <li>• El menor número posible de contactos</li> <li>• Solo reuniones y eventos pequeños, con modificaciones (es decir, distanciamiento social, mascarillas, etc.)</li> <li>• Evitar reuniones grandes</li> <li>• Seguir las <a href="#">directrices para viajes de los CDC</a></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las personas sin síntomas no necesitan practicar el distanciamiento, a menos que estén en cuarentena debido a una exposición a alguien infectado</li> <li>• Cuarentena y pruebas para personas con síntomas</li> <li>• Las actividades al aire libre con miembros de su hogar son aceptables</li> <li>• Reuniones pequeñas con modificaciones (es decir, distanciamiento social, mascarillas, etc.), de preferencia al aire libre</li> </ul>
Mascarillas	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mascarillas para las personas mayores de 2 años de edad cuando estén en interiores o cuando no sea posible mantener un distanciamiento físico de más de 6 pies.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Las personas sin síntomas no necesitan mascarillas, a menos que estén en cuarentena debido a una exposición a alguien infectado</li> <li>• Mascarillas para las personas sintomáticas</li> </ul>
Lavado de manos	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavarse las manos con frecuencia por lo menos durante 20 segundos, especialmente después de tocar superficies de alto contacto, estornudar, toser, tocarse el rostro, o antes de comer</li> <li>• Usar desinfectante de manos cuando no sea posible o viable lavarse las manos.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Lavarse las manos con frecuencia por lo menos durante 20 segundos, especialmente después de tocar superficies de alto contacto, estornudar, toser, tocarse el rostro, o antes de comer</li> </ul>
Monitoreo de la enfermedad	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Si está enfermo con síntomas similares a los de la gripe o la COVID, <b>quedarse en casa</b></li> <li>• Minimizar el contacto con personas sintomáticas</li> <li>• Mediciones de temperatura diarias en el trabajo</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Mediciones de temperatura diarias</li> <li>• Monitorear la aparición de síntomas similares a los de la COVID</li> <li>• Comunicarse con su proveedor de servicios de salud si está enfermo</li> <li>• Monitorear la salud de todos los miembros del hogar que tengan síntomas similares a los de la COVID</li> </ul>
Desinfección	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Evitar tocar con la mano desnuda cualquier superficie de alto contacto</li> <li>• Usar una barrera, como una toalla de papel o ropa, cuando el contacto con la mano sea inevitable</li> <li>• Lavarse las manos o aplicar desinfectante después de tocar superficies de alto contacto</li> <li>• Desinfección mejorada, especialmente de superficies de alto contacto (perillas de puertas, otras manijas, interruptores de luz, accesorios de baño)</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Desinfección mejorada, especialmente de superficies de alto contacto (perillas de puertas, otras manijas, interruptores de luz, accesorios de baño)</li> </ul>
Población vulnerable o en riesgo	<p>En el caso de adultos mayores, personas con enfermedades subyacentes y otras poblaciones con un riesgo elevado ante la COVID-19:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Permanecer en casa tanto como sea posible</li> <li>• Pedir ayuda para sus necesidades fuera del hogar (alimentos, medicamentos, etc.)</li> <li>• Distanciamiento de las personas que trabajan fuera del hogar</li> <li>• Usar una mascarilla al estar cerca de otras personas</li> </ul>	