



Aviso de seguridad para viajeros

17 de noviembre de 2020

El COVID-19 se está propagando rápidamente en muchas partes del país. No se recomiendan los viajes no esenciales, incluidos los viajes por vacaciones. Viajar fuera del Área de la Bahía aumentará su posibilidad de infectarse con el virus que causa el COVID-19 y de transmitirlo a otras personas después de su regreso. También se deben tomar precauciones adicionales al hospedar e interactuar con personas que viajen al Área de la Bahía, especialmente desde otras áreas con COVID-19 extendido.

Muchas personas con COVID-19 no presentan síntomas. El virus que causa el COVID-19 también puede viajar por el aire a más de 6 pies. El virus se acumula en interiores y en espacios cerrados, incluidos aviones, autobuses, trenes, el transporte público u otros vehículos compartidos.

Si viaja fuera de California, el Departamento de Salud Pública de California (California Department of Public Health, CDPH) le recomienda que **se ponga en cuarentena durante 14 días después de regresar a California**. Las personas que llegan a California desde otros estados o países también deben ponerse en cuarentena durante 14 días después de su llegada.

Esta recomendación no se aplica a las personas que salen de o entran a California por "viajes esenciales", lo que incluye trabajo y estudios, apoyo a infraestructuras fundamentales, servicios económicos y cadenas de suministro, salud, atención médica inmediata y seguridad.

Si viaja fuera del Área de la Bahía, pero se queda en California, el Departamento de Salud Pública de San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFDPH) y la Asociación de Funcionarios de la Salud del Área de la Bahía (Association of Bay Area Health Officials, ABAHO), que representa a 10 condados del Área de la Bahía, recomiendan firmemente que **se ponga en cuarentena durante 14 días después de su regreso si las actividades que realizó durante su viaje lo pusieron en un riesgo más alto de contraer COVID-19**. Estas actividades de mayor riesgo incluyen:

- Pasar tiempo a menos de 6 pies de personas con las que normalmente no vive, mientras usted o las personas a su alrededor no usan una mascarilla, especialmente si están en interiores.
- Viajar en aviones, autobuses, trenes, transporte público u otros vehículos compartidos si usted y las otras personas en el vehículo no usan mascarillas en todo momento.

Esta recomendación no se aplica a las personas que viajan regularmente al trabajo o a la escuela en San Francisco desde lugares fuera del Área de la Bahía. Los trabajadores esenciales para el manejo del COVID-19¹ deben seguir las políticas de su empleador en relación con el trabajo después de viajar.



Si está considerando viajar fuera del Área de la Bahía, planifique con anticipación:

- Sepa qué tan extendido está el COVID-19 en el área que planea visitar. Para ver los casos en los últimos 7 días por estado, consulte https://covid.cdc.gov/covid-data-tracker/#cases_casesper100klast7days.
- Descubra dónde puede hacerse la prueba si desarrolla síntomas de COVID-19 durante su viaje. Para obtener una lista de síntomas, consulte www.sfgcdcp.org/covid19symptoms.
- Las personas con alto riesgo de contraer COVID-19 grave deben tener especial cuidado al viajar fuera del Área de la Bahía. Reconsidere o ajuste sus planes de viaje si se encuentra en uno de estos grupos:
 - Personas mayores, fumadoras o con sobrepeso
 - Mujeres embarazadas
 - Personas con determinadas afecciones médicas como diabetes, problemas cardíacos, enfermedad pulmonar obstructiva crónica (Chronic Obstructive Pulmonary Disease, EPOC), cáncer, sistemas inmunitarios debilitados y enfermedad de células falciformes.

Consulte www.sfgcdcp.org/vulnerable para obtener más información.

- Reconsidere viajar o ajustar sus planes de viaje si viajará con alguien que no puede usar una mascarilla de manera constante, incluidos los niños menores de 2 años que no deben usar mascarillas debido al riesgo de asfixia.

NO viaje si está enfermo. Podría propagar el COVID-19.

Si tiene síntomas de COVID-19 (consulte www.sfgcdcp.org/covid19symptoms), hágase la prueba y espere a que tenga un resultado negativo antes de comenzar su viaje.

Si debe viajar, reduzca su riesgo.

- **Use una mascarilla y manténgase a 6 pies de distancia de las personas con las que no vive, incluidos miembros de la familia.**
- **Evite pasar tiempo en interiores con personas con las que normalmente no vive, incluidos miembros de la familia, en la medida de lo posible.**
El riesgo de contraer COVID-19 es generalmente **mucho mayor** en interiores que en exteriores porque el virus que causa el COVID-19 puede viajar en el aire a más de 6 pies y acumularse en interiores y espacios cerrados. Si debe pasar tiempo en interiores, elija una habitación más grande que esté bien ventilada o donde se puedan abrir ventanas y puertas, y use una mascarilla en todo momento. Obtenga más información en www.sfgcdcp.org/indoorrisk.
- **Intente limitar la cantidad de personas con las que interactúa.** Por ejemplo, si viaja para ver a sus familiares, evite las interacciones en persona con vecinos o amigos.



- **No comparta vehículos con personas con las que no vive.** Los vehículos son pequeños espacios cerrados donde el COVID-19 puede propagarse fácilmente entre las personas. Si debe compartir un vehículo, trate de viajar con las mismas personas cada vez que lo haga, asegúrese de que todos usen una mascarilla, abra las ventanas y maximice la circulación de aire del exterior lo más que pueda.
- **Evite o limite las comidas festivas o las reuniones con personas con las que normalmente no vive, incluidos miembros de la familia.** Comer y beber juntos implica un riesgo mayor porque las personas deben quitarse las mascarillas para comer o beber, es más probable que se toquen la boca mientras comen, a menudo se sientan a una distancia de menos de 6 pies entre sí y hablan mientras comen, creando más gotitas respiratorias. Si tiene una cena o reunión navideña, es más seguro para las personas de diferentes hogares sentarse en exteriores a una distancia de por lo menos 6 pies y usar mascarillas cuando no estén comiendo o bebiendo activamente (como cuando platiquen).

Si recibe visitantes de fuera del Área de la Bahía, tome las mismas precauciones.

- Reconsidere si provienen de una parte del país con COVID-19 extendido (consulte covid.cdc.gov/covid-data-tracker/#cases_casesper100klast7days).
- Pídales que no lo visiten si están enfermos. Consulte www.sfdcp.org/covid19symptoms.
- Reconsidere si usted o alguien en su hogar tiene mayor riesgo de contraer COVID-19 (www.sfdcp.org/vulnerable), o si alguien en su hogar o entre sus visitantes, incluidos los niños, no podrá usar mascarillas de manera constante.
- Siga los pasos anteriores para reducir el riesgo de infección durante su estadía.
- Considere la posibilidad de ponerse en cuarentena durante 14 días después de su estadía si pasaron tiempo a menos de 6 pies de usted o compartieron un vehículo con usted cuando ninguno llevaba una mascarilla.

Para obtener más información sobre cómo viajar durante la pandemia de COVID-19, consulte:

- Centros para el Control de Enfermedades
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/travelers/travel-during-covid19.html>
- Departamento de Salud Pública de California
<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/Immunization/ncov2019.aspx#Travel>
- The Association of Bay Area Health Officials (ABAHO) Holiday Recommendations (Recomendaciones para viajar en días festivos de la Asociación de Funcionarios de la Salud del Área de la Bahía [ABAHO]): <https://www.sfdph.org/dph/alerts/covid-guidance/ABAHO-Winter-Holiday-Recommendations.pdf>