



Guía: Celebraciones por las fiestas más seguras durante la pandemia del COVID-19

10 de noviembre de 2020

La siguiente guía fue desarrollada por el Departamento de Salud Pública de San Francisco y se publicará en <http://www.sfc-dcp.org/safersocial>. Esta guía puede cambiar a medida que se actualice la información.

PÚBLICO: Miembros del público en general que celebran eventos festivos.

ANTECEDENTES: Hay varias religiones y comunidades que llevan a cabo diversas celebraciones. Debido a la naturaleza comunitaria de muchas actividades festivas, la ciudad de San Francisco desea apoyar a nuestros residentes para que celebren las fiestas de manera más segura a fin de [reducir el riesgo de propagación del COVID-19](#) [vea más información en sfc-dcp.org/safersocial]. Esta guía proporcionará información sobre:

- Qué actividades no están permitidas debido al alto riesgo de transmisión del COVID-19
- Cómo reducir el riesgo para tener viajes de vacaciones más seguros
- Cómo tener reuniones ceremoniales religiosas y culturales más seguras
- Alternativas más seguras para celebrar esta temporada
- Cómo organizar de manera más segura la colecta o entrega de juguetes, ropa y alimentos para las fiestas
- Consejos para que los grupos comunitarios tengan eventos festivos más seguros

Actividades de eventos festivos no permitidas durante la pandemia del COVID-19

No participe en las siguientes actividades que **están prohibidas** por las órdenes de salud pública locales o estatales:

- **Reuniones en interiores entre personas de diferentes hogares**, como reuniones festivas, celebraciones, eventos o fiestas. El riesgo de transmisión del COVID-19 es mucho mayor en espacios interiores. Obtenga más información en www.sfc-dcp.org/indoorrisk.
- **Reuniones en exteriores que incluyan personas de más de 3 hogares o más de 25 asistentes (sin que haya comida o bebidas)**. Esto abarca a todos los presentes, incluidos los anfitriones y los invitados. Recuerde que cuanto más pequeño sea el grupo con quien se reúna, menor será su riesgo de infección.
- **Reuniones en exteriores que incluyan personas de más de 3 hogares o más de 6 asistentes (si se consumen alimentos o bebidas)**. Compartir una comida con personas de hogares diferentes implica un riesgo mayor, ya que no se usan mascarillas mientras se come o bebe.
- **Ferias, festivales y fiestas de barrio.**
- **Organizar o coordinar grupos de reuniones al mismo tiempo (“reuniones simultáneas”).**
- **Ferias o festivales en la calle no autorizados, como los que puedan aprovechar las calles** que han sido cerradas para apoyar la actividad económica (como cenar al aire libre, servicios de cuidado personal en el exterior, etc.).

[¡Evite la gripe! Vacúnese contra la gripe.](#)

Las vacunas contra la gripe son fundamentales en la lucha contra el COVID-19 al (1) mantener saludables a los trabajadores y a las comunidades, y al (2) reducir la tensión en nuestros sistemas de pruebas y atención médica que responden al COVID-19.

Se recomienda ampliamente que todas las personas mayores de 6 meses se vacunen contra la gripe.

Consulte cómo hacerlo en www.sfc-dcp.org/flu



Actividades no recomendadas durante la pandemia del COVID-19

- Evite cantar, corear, gritar y tocar instrumentos de viento o metal porque se forman más gotitas respiratorias durante estas actividades.
- ¡Deberá evitar los viajes para asistir a festivales con motivo de las fiestas de fin de año! Los viajes innecesarios pueden propagar el COVID-19. Los festivales son de mayor riesgo porque se reúnen varias personas que no viven en el mismo hogar y puede ser difícil mantener 6 pies de distancia en todo momento.

Viaje de vacaciones

La manera más segura de celebrar los eventos festivos es **pasar tiempo con las personas del mismo hogar** o celebrar virtualmente. Viajar aumenta sus posibilidades de contraer y propagar el COVID-19. Quedarse en casa es la mejor manera de protegerse y proteger a los demás.

Si debe viajar, infórmese sobre los riesgos que esto implica. Utilice la información de las siguientes páginas web para decidir si viajará esta temporada:

- [San Francisco: COVID Travel Advisory](#) (Aviso de seguridad sobre el COVID-19 para viajeros), que incluye cuándo hacer cuarentena después de regresar de un viaje o después de recibir visitas en casa
- [San Francisco: Guidance on Travel During the COVID-19 Pandemic](#) (San Francisco: Guía sobre viajes durante la pandemia COVID-19), que incluye consejos para hospedarse en instalaciones de alojamiento
- [Association of Bay Area Health Officials: Winter Holiday Recommendations \(Asociación de Funcionarios de la Salud del Área de la Bahía: Recomendaciones para las vacaciones de invierno\)](#)
- [CDC Know Your Travel Risk \(Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \[Centers for Disease Control and Prevention, CDC\]: Conozca los riesgos de viajar\)](#)
- [CDC Know When to Delay Your Travel to Avoid Spreading COVID-19 \(CDC: Sepa cuándo retrasar su viaje para evitar propagar el COVID-19\)](#)

Si decide viajar, siga estas medidas de seguridad durante su viaje para protegerse y proteger a los demás del COVID-19:

- Use [mascarilla](#) para mantener su nariz y boca tapadas cuando esté en lugares públicos.
- Evite el contacto cercano [manteniendo por lo menos 6 pies de distancia](#) de cualquier persona que no sea de su hogar.
- [Lávese las manos](#) frecuentemente con agua y jabón durante por lo menos 20 segundos o use un desinfectante para manos (con por lo menos 60 % de alcohol).
- Evite el contacto con cualquier persona enferma.
- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca.



Reuniones religiosas y ceremoniales en interiores para eventos festivos

La forma más segura de asistir a reuniones religiosas y culturales durante las fiestas es **celebrar de manera virtual**. Si decide asistir a una ceremonia religiosa en interiores o exteriores, [evalúe los riesgos](#):

- Las reuniones en interiores son generalmente mucho más riesgosas que las reuniones en exteriores porque el virus del COVID-19 puede viajar en el aire más de 6 pies y acumularse en el interior. Visite www.sfcddp.org/indoorrisk.
- Los adultos mayores de 50 años y las personas con riesgos de salud deben evitar los espacios cerrados en los que haya muchas personas reunidas. Para obtener más información sobre quiénes tienen mayor riesgo y los pasos adicionales que puede tomar para protegerse, visite sfcddp.org/vulnerable.
- Todas las reuniones deben durar **dos horas o menos**. Cuanto mayor sea la duración, mayor será el riesgo de transmisión del COVID-19.

Reuniones religiosas y ceremoniales al aire libre para eventos festivos

[El exterior es MUCHO más seguro](#). Si decide asistir a una reunión religiosa o ceremonial al aire libre, tenga en cuenta las siguientes pautas establecidas por el condado y el estado:

- Las reuniones al aire libre para servicios religiosos o ceremonias religiosas no deben involucrar más de 200 personas.
- Todas las reuniones deben durar **dos horas o menos**. Cuanto mayor sea la duración, mayor será el riesgo de transmisión del COVID-19.

Actividades para celebraciones más seguras

La manera más segura de celebrar los días festivos es hacerlo de manera virtual o **pasar tiempo con las personas del mismo hogar**. Algunas alternativas específicas de **bajo riesgo**, pero que aún captan la importancia del día festivo, incluyen:

- Seguir **respetando sus tradiciones culturales** y asegurarse de compartirlas con los miembros de su hogar inmediato. Tenga especial cuidado con los seres queridos que corren un mayor riesgo de sufrir complicaciones graves por el COVID-19. Para obtener más información sobre quiénes tienen mayor riesgo y los pasos adicionales que puede tomar para protegerse, visite sfcddp.org/vulnerable.
- **Preparar recetas familiares tradicionales** con miembros de su hogar.
- Tener una cena virtual y compartir recetas con amigos y familiares.
- **Decorar** su hogar por dentro y por fuera con motivos festivos.
- Unirse a una **reunión de celebración virtual**.
- **Cantar, corear o hablar en voz alta aumentan la propagación de partículas de virus, especialmente en interiores**. Considere la posibilidad de corear o cantar virtualmente con otras personas, en particular con aquellas personas que tienen mayor riesgo de sufrir complicaciones graves por el COVID-19.



- Comprar a nivel local y recoger las compras en la acera.
- Considere comprar en línea, incluso con empresas locales, en lugar de ir personalmente. Considere comprar y recoger las compras en la acera o en línea durante los días particularmente concurridos, como el día después del Día de Acción de Gracias o el lunes después del Día de Acción de Gracias.
- Enviar los regalos a familiares y amigos directamente del minorista.
- Ver eventos deportivos, desfiles y películas desde casa.
- Participar en ceremonias religiosas o culturales de forma remota.
- Enviar tarjetas navideñas por correo postal o por correo electrónico.
- Dejar obsequios a familiares o amigos manteniendo el distanciamiento físico (p. ej., al final de una entrada de automóviles o en la orilla de un patio). Lávese las manos antes y después de manipular artículos (antes de dar y después de recibir regalos).
- No se recomienda compartir comidas y bebidas con personas fuera de su hogar en la medida de lo posible.
 - Si debe compartir comidas y bebidas con personas que no forman parte de su hogar:
 - Use recipientes desechables de una sola porción y asegúrese de que las personas no toquen ni compartan los utensilios (por ejemplo, utensilios para servir).
 - Los alimentos y las bebidas deben ser preparados y servidos por una persona que se lave o desinfecte las manos con frecuencia y lleve una cubierta facial.
 - Todos deben usar mascarilla mientras no estén comiendo o bebiendo activamente, especialmente cuando están hablando.
 - Si va a obsequiar comida o bebidas preparadas en casa a otras personas, recuerde seguir estos pasos:
 - Use una mascarilla y practique una buena higiene de manos mientras prepara y empaqueta el obsequio.
 - Limpie y desinfecte las superficies mientras prepara y empaqueta el obsequio.
 - Desinfectese o lávese bien las manos cada vez que se toque la cara y antes y después de realizar la entrega.
 - Los alimentos o bebidas solo deben ser preparados por personas que puedan seguir estos pasos cuidadosamente. Todos queremos dar un obsequio de amor y cuidado.

Siempre tome medidas de protección personal

Independientemente de cómo elija celebrar una festividad, es importante tener en cuenta lo siguiente:

1. **Cubiertas faciales:** Use una cubierta facial de tela que cubra de forma segura la nariz y la boca para evitar la propagación de la enfermedad cuando esté fuera de su casa y alrededor de otras personas que no sean parte de su hogar.
2. **Practique el distanciamiento físico:** Manténgase por lo menos 6 pies de distancia (tres o más pasos de adulto) de otras personas que no sean parte de su hogar, especialmente cuando hable, coma o beba.
3. **[El exterior es mucho más seguro:](#)** Evite los espacios confinados, especialmente en interiores.
4. **Buena higiene:** Lávese o desinfectese las manos con frecuencia. Limpie regularmente los artículos de mayor contacto.



5. **Evite reuniones de personas de distintos hogares:** Planifique las actividades de modo que evite que se reúnan personas de diferentes hogares.
 - a. Actualmente, las reuniones sociales **EN EXTERIORES se limitan a hasta 3 hogares con no más de 25 personas en total.** No se permiten las reuniones sociales en interiores.
 - b. Tiene permitido reunirse con más de 12 personas si todas esas personas viven con usted.
6. **Quédese en casa si está enfermo o es parte de un grupo de alto riesgo:** Si está enfermo o ha estado en contacto con alguien a quien le diagnosticaron COVID-19 o que tenga síntomas de COVID-19, [hágase la prueba](#), quédese en casa y aléjese de los demás. [A las personas con un mayor riesgo de enfermedad grave o muerte por COVID-19](#) (como adultos mayores, personas con enfermedades crónicas) se les recomienda quedarse en casa.

Colectas o entregas de ropa, juguetes y alimentos para las fiestas

Si su organización planea organizar una colecta o entrega de juguetes, ropa o comida para ayudar a las personas y familias necesitadas, deberá organizar su evento de manera diferente para mantener a nuestra comunidad segura.

- Todas las campañas de colecta y entrega de artículos deben realizarse en **exteriores**.
- No sirva alimentos ni bebidas a los participantes.
- Si se forma una fila, asegúrese de que el personal y los asistentes mantengan 6 pies de distancia entre sí.
- Asegúrese de que las personas usen mascarillas en todo momento.
- Recomiende a las personas y familias que no se reúnan después de recoger sus regalos. Esto se puede hacer con recordatorios amables como "¡vuelva a casa y póngase cómodo!"
- Las familias o las personas que vengan a recoger obsequios deben hacerlo con cita previa; no se debe programar a más de 1 persona o familia a la vez para que pasen a recoger sus obsequios o artículos, con el fin de evitar aglomeraciones.

Para obtener más consejos sobre otras reuniones en exteriores, consulte en la siguiente sección, "Consejos para que los grupos comunitarios tengan eventos festivos más seguros".

¿Qué debo hacer como empresa u organización anfitriona?

Las organizaciones que llevan a cabo una colecta o entrega de **alimentos, ropa u otros artículos necesarios para vivir** deben llenar, conservar e implementar los siguientes documentos para su evento:

- COVID-19 screening for all Personnel (Examen de COVID-19 para todo el personal) (www.sfcddp.org/screening-handout).
- El [SFDPH Social Distancing Protocol](#) (Protocolo de distanciamiento social del Departamento de Salud Pública de San Francisco [San Francisco Department of Public Health, SFDPH]) (publicado en <https://www.sfdph.org/dph/alerts/files/C19-07-Appendix-A.pdf>), que incluye, entre otros requisitos, un plan para limpiar y desinfectar las superficies que se tocan frecuentemente,



como asientos, puertas y otras antes de cada reunión (consulte la Guía de limpieza y desinfección del SFDPH, [publicada en www.sfdcp.org/covidcleaning](http://www.sfdcp.org/covidcleaning)).

Las organizaciones que llevan a cabo una colecta o entrega **solo de juguetes o artículos no esenciales** deben llenar, conservar e implementar los siguientes documentos para su evento:

- El [Health and Safety Plan](https://www.sfdph.org/dph/alerts/covid-guidance/2020-10-HSP-Curbside.pdf) (Plan de salud y seguridad) correspondiente (publicado en: <https://www.sfdph.org/dph/alerts/covid-guidance/2020-10-HSP-Curbside.pdf>). El plan de salud y seguridad debe estar disponible para el personal y debe colocarse en la entrada física donde opera el anfitrión.
- COVID-19 screening for all Personnel (Examen de COVID-19 para todo el personal) (www.sfdcp.org/screening-handout).
- El [SFDPH Social Distancing Protocol](https://www.sfdph.org/dph/alerts/files/C19-07-Appendix-A.pdf) (Protocolo de distanciamiento social del SFDPH) (publicado en <https://www.sfdph.org/dph/alerts/files/C19-07-Appendix-A.pdf>), que incluye, entre otros requisitos, un plan para limpiar y desinfectar las superficies que se tocan frecuentemente, como asientos, puertas y otras antes de cada reunión (consulte la Guía de limpieza y desinfección del SFDPH, publicada en www.sfdcp.org/covidcleaning).

Consejos para que los grupos comunitarios tengan eventos festivos más seguros

La siguiente información funciona como recordatorio para empresas, grupos comunitarios y otras personas que estén considerando organizar eventos festivos sobre qué está permitido y cómo hacer que las celebraciones por las fiestas sean más seguras.

- **Evitar reuniones grandes:** De acuerdo con las restricciones estatales y del condado, las reuniones sociales se limitan **a hasta tres hogares, con un total máximo de 25 (se aplica el límite más estricto)** personas que deben permanecer en **exteriores**. No se aconsejan los eventos libres que puedan dar lugar a reuniones durante las celebraciones por las fiestas porque no existen mecanismos que garanticen un distanciamiento social adecuado, eviten que se reúnan personas que no viven en el mismo hogar y garanticen el uso de las cubiertas faciales. Las reuniones, los eventos, los concursos, las ferias y los festivales en la calle, como los que pueden tener lugar en parques o calles cerradas, no están permitidos en este momento, incluso si una calle se ha cerrado para apoyar la actividad económica local.
- **No se permiten las reuniones en interiores.** En este momento, el estado y el condado prohíben las reuniones sociales en interiores debido a que el riesgo de transmisión de COVID-19 es MUCHO mayor. Visite www.sfdcp.org/indoorrisk.
- **Programas de cuidado infantil/fuera del horario escolar:** Los programas de cuidado infantil y fuera del horario escolar pueden organizar actividades de temática festiva mientras los jóvenes se mantengan en su programación regular con su cohorte estable de 14 jóvenes y 2 adultos.
- **Déjese puesta la mascarilla:** Recuérdeles a las familias que usen las cubiertas faciales. Utilizar cubiertas faciales cuando está fuera de casa mantiene a todos más seguros.
- **Mantenga el distanciamiento social:** No use calles o parques cerrados para convocar a reuniones sin autorización ni incentive a que miembros de diferentes hogares se reúnan. Los permisos “Just Add Music” no se deben utilizar para convocar a reuniones sociales.
- Obtenga más información sobre **Interacciones sociales más seguras** en www.sfdcp.org/safersocial.



Recursos

- Departamento de Salud Pública de San Francisco (SFDPH)
 - sfcdcp.org/covid19
 - <https://www.sfdph.org/dph/alerts/covid-guidance/COVID-Travel-Advisory.pdf>
 - <https://www.sfdph.org/dph/alerts/covid-guidance/ABAHO-Winter-Holiday-Recommendations.pdf>
- Ciudad y condado de San Francisco (SFGOV)
 - Orientación sobre las interacciones sociales más seguras durante la pandemia
sfcdcp.org/safersocial
 - Distanciamiento físico
<https://sf.gov/stay-6-feet-apart-social-distancing>
 - Quédese en casa. Salve vidas
<https://sf.gov/stay-home-except-essential-needs>
 - Vacunas contra la gripe
<https://sf.gov/flu-shots>
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC)
 - Celebraciones por las fiestas
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/holidays.html#holiday-celebrations>
 - Organizar encuentros o comidas al aire libre
<https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/personal-social-activities.html#gatherings>
 - Cuándo y cómo lavarse las manos
<https://www.cdc.gov/handwashing/when-how-handwashing.html>