



LISTA DE VERIFICACIÓN PARA TODOS LOS INDIVIDUOS

Conforme a la orden ejecutiva GA-18 del Gobernador Abbott, las siguientes son recomendaciones mínimas de protocolos de salud para todos los individuos en Texas. Estos protocolos de salud mínimos no limitan otros protocolos de salud que los individuos podría adoptar. Se invita a los individuos a adoptar protocolos adicionales conforme a sus propias necesidades y circunstancias para ayudar a proteger la salud y la seguridad de todos los Tejanos.

El virus que causa COVID-19 se puede transmitir a otros de una persona infectada que no tenga síntomas o que tenga muy pocos. Aunque una persona infectada no se sienta mal, las personas a quienes contagie podrían enfermarse gravemente e incluso morir, especialmente si tienen 65 años o más, con padecimientos preexistentes de salud que las coloquen en más alto riesgo. Ya que la naturaleza de esta amenaza es esconderse, todos debemos seguir rigurosamente las recomendaciones especificadas en estos protocolos, las cuales facilitan que la reapertura de Texas ocurra con seguridad y medida. El virus que causa COVID-19 todavía está circulando en nuestras comunidades. Necesitamos continuar observando prácticas que nos protejan a todos, incluyendo a aquellos que sean más vulnerables.

Favor de notar que las guías de salud pública no pueden anticipar cada situación única. Los individuos deben mantenerse informados y tomar acción basándose en sentido común y buen juicio para proteger la salud y apoyar la revitalización económica.

Protocolos de salud para los individuos:

- Mantener un mínimo de 6 pies de separación entre individuos que no vivan en la misma casa. Si esta distancia no es posible, otras medidas como cubrirse la cara, higiene de las manos, buenos modales al toser, aseo y sanidad deben practicarse rigurosamente.
- Auto-observación, antes de entrar a algún comercio averigüe si tiene alguno de los siguientes nuevos o agravados síntomas o señales de posible COVID-19:
 - Tos
 - Dolor de garganta
 - Falta de aire o dificultad para respirar
 - Pérdida del gusto o del olfato
 - Escalofríos
 - Diarrea

- Sentir fiebre o tener temperatura de 100.0 grados Fahrenheit (37.7°C) o más.
- Temblores y escalofríos que se repitan
- Dolor muscular
- Dolor de cabeza

- Saber que hubo contacto cercano con alguna persona a la que un laboratorio le haya confirmado que tiene COVID-19

- Lavar o desinfectar las manos al entrar a un negocio y luego de interactuar con empleados, otros clientes o tocar mercancía del negocio.

- Concordante con acciones llevadas a cabo por varios individuos en el estado, considere usar mascarillas de tela para cubrir su cara (nariz y boca) al entrar a cualquier negocio o cuando se encuentre a 6 pies de otra persona que no viva con usted en la misma casa. Si hay disponibles, los individuos deben considerar el uso de mascarillas higiénicas de grado no médico.