



Queridos Vecinos:

Educarse sobre el coronavirus reduce los niveles de ansiedad y le permite protegerse a usted y a su familia y así evitar enfermarse. Confío que trabajando juntos, podremos sobre pasar esta crisis de salud pública.

¿Qué son los Coronavirus?

Los Coronavirus son un grupo de virus que pueden causar enfermedades tales como el catarro común o que también puede causar una neumonía.

¿Qué es el Coronavirus 19/COVID-19?

Recientemente un nuevo coronavirus fue descubierto. Esta nueva cepa del virus nunca había sido detectada en humanos. Esta enfermedad se contagia de persona a persona por contagio respiratorio. El COVID-19 se identificó en Wuhan, China por primera vez.



COVID 19 ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS

SÍNTOMAS DE LA ENFERMEDAD DEL CORONAVIRUS 2019

Los pacientes con COVID-19 han presentado enfermedad respiratoria de leve a grave.

Los síntomas* pueden incluir

- FIEBRE
- TOS
- DIFICULTAD PARA RESPIRAR

*Los síntomas pueden aparecer de 2 a 14 días después de la exposición.

Consulte a un médico si presenta síntomas y ha estado en contacto cercano con una persona que se sepa que tiene el COVID-19, o si usted vive o ha estado recientemente en un área en la que haya propagación en curso del COVID-19.

Para obtener más información: www.cdc.gov/COVID19-es

CDC

¿Cuáles son los síntomas del Coronavirus?

Los síntomas pueden incluir, fiebre, toz, dificultad para respirar. Si siente que tiene alguno de estos síntomas llame a su doctor inmediatamente. La mayoría de las personas contagiadas con COVID-19 solo experimentan síntomas leves. En la población adulta, síntomas que son de motivo de preocupación son: dificultad al respirar, dolor persistente, presión en el pecho, confusión y/o labios y cara azulados.

¿Después de cuantos días de estar expuesto al COVID-19 uno se enferma?

Los síntomas del COVID se pueden empezar a sentirse después de 2 días hasta 14 días después de estar expuesto. A este período se le conoce como el período de incubación.

Estigmatización y Resiliencia

Las emergencias públicas tales como el COVID-19, son tiempos que causan mucha ansiedad para las personas y las comunidades. El miedo y la ansiedad sobre enfermedades de este tipo pueden resultar en problemas sociales de discrimen. Por ejemplo, el discrimen ocurre cuando a un grupo nacional se le asocia con la enfermedad como sucede con el COVID. Esto ocurre a pesar de que no todos de esa nacionalidad o de la región estén en riesgo de contraer la enfermedad. La estigmatización también puede ocurrir después de que una persona haya sobrepasado el período de cuarentena, a pesar de que esta persona ya no sea considerada como un peligro de contagiar a otros. El prejuicio afecta la salud mental y emocional de los grupos afectados y de sus comunidades. Parar el discrimen es parte integral para poder ayudar a nuestras comunidades a ser resilientes. Existen [recursos](#) disponibles para atender la salud mental de la comunidad durante la emergencia. Teniendo los datos correctos y compartiéndolos con los demás, podemos ayudar a parar la estigmatización que existe alrededor del COVID-19.

¿Quiénes están en riesgo con el COVID-19?

La información que publicó China, donde primero empezó el COVID-19, nos indica que algunas personas enfrentan un mayor riesgo de enfermarse seriamente a causa de este virus que otras. Entre las poblaciones en riesgo se encuentra los adultos de la tercera edad, personas con enfermedades crónicas tales como enfermedades cardiacas, diabetes o enfermedades pulmonares. Si usted pertenece a uno de estos grupos en riesgo es sumamente importante que tome medidas para reducir las posibilidades de contagio.

¿Qué puede hacer para prevenir y/o tratar el COVID-19?

No existen ni vacunas ni tratamientos disponibles para el coronavirus. No obstante, ya se están haciendo investigaciones para desarrollar una vacuna y medicamentos contra el mismo. Mientras ello sucede, la mejor manera de prevenir la enfermedad es evitar exponerse al virus. Hasta ahora, se piensa que el virus se contagia de persona a persona que estén en contacto cercano (o dentro de un espacio de distancia de 6 pies) y a través de las gotas de la respiración producidas cuando alguien tose o estornuda. Estas gotas pueden acabar en la boca o en la nariz de personas que estén cerca y ser inhaladas a los pulmones.





A partir de marzo 2020, el Departamento de Salud recomienda las siguientes precauciones para disminuir la transmisión del COVID-19:

- Permanecer en el hogar si se encuentra enfermo. Evitar tener contacto con personas que estén enfermas.
- Cubra su nariz y boca con un papel desechable o con su manga cuando estornude o tosa – no use las manos.
- Lave sus manos con agua y jabón por 20 segundos o use frecuentemente desinfectante de manos a base de alcohol.
- No toque su cara sin haberse lavado las manos.
- No dé la mano. En cambio, salude a distancia.
- El CDC no recomienda el uso de mascarillas para personas saludables para protegerse de enfermedades respiratorias como el COVID-19.
- Las mascarillas deben ser usadas por personas que muestren síntomas de COVID-19 para prevenir que se siga propagando. El uso de mascarillas también es crucial para trabajadores de salud y personas que están cuidando de otros en espacios cerrados (en la casa o en un centro médico).

¿Ha habido personas diagnosticadas con COVID-19 en Nueva York?

Sí. Ya hay personas que han sido diagnosticadas con COVID-19 en Nueva York. Puede visitar www.nyc.gov para ver la actualización del número de casos. Nueva York está teniendo “community transmission” o transmisión en la comunidad lo cual implica que el origen de la infección es desconocido.

¿Existen recursos para los residentes de Nueva York?

El estado de Nueva York tiene recursos disponibles para sus residentes. Si tiene alguna pregunta en cómo encontrar atención médica, llame al 311. Para tener actualizaciones sobre las últimas noticias del coronavirus en la ciudad de Nueva York, envíe un mensaje de texto al 692-692 escribiendo COVID. Ahí recibirá mensajes de texto regularmente con las últimas noticias. Los expertos del Departamento de Salud del Estado pueden contestar estas preguntas. El Departamento de Salud también ha creado una página web que está dedicada al coronavirus como un recurso para los residentes de Nueva York. Por favor visite la página: https://www.health.ny.gov/diseases/communicable/coronavirus/#_blank

¿Hay alguna guía para los más vulnerables de Nueva York?

Sí. La ciudad de Nueva York le está recomendando a que ellos que tiene enfermedad pulmonar crónica, enfermedad del corazón, cáncer, diabetes, o un sistema inmunológico debilitado que evite eventos y reuniones innecesarios. No visite a su familiar o amistad que padece de algunas de estas condiciones si usted se siente enfermo. Aquellos con un historial de uso de cigarrillos electrónicos y cigarrillos regulares están más propensos a sufrir de enfermedades serias como el COVID-19. Para ayuda para dejar de fumar, llame al 866-NY-QUITS.

Yo soy un proveedor médico. ¿Dónde yo puedo obtener una orientación?

Se les exhorta a los proveedores médicos a contactar su oficina de salud de [su distrito](#) para recibir dirección clara y guía sobre el COVID-19. Los proveedores médicos de la ciudad de Nueva York deben contactar al Departamento de Salud e Higiene Mental de Nueva York a través de la [página web](#) o llamar al (347) 396-4100. Al ahora haber disponibles laboratorios privados, el Departamento de Salud de la ciudad de Nueva York está enviando guías a proveedores para realizarle exámenes a pacientes con enfermedades respiratorias que han sido admitidos al hospital, pero no están en centro de cuidados intensivos (ICU por sus siglas en inglés). Se le va a dar prioridad a pacientes de 50 años en adelante o personas que padezcan de condiciones crónicas como cáncer, enfermedades del corazón, diabetes, sistema inmunológico débil o enfermedad pulmonar crónica, y a pacientes que no han sido hospitalizados, pero tienen fiebre y están tosiendo o tiene dificultad para respirar. Aquellos con síntomas de COVID-19 y condiciones crónicas subyacentes tienen un mayor riesgo de tener enfermedades serias si llegaran a contraer el virus.

Los médicos deben de inmediatamente implementar prevención de infecciones y prácticas de control [recomendadas](#) si el paciente es sospechado a tener el COVID-19. También deben de notificar al personal de control de infección de su establecimiento médico y a su estado o departamento de salud local si un paciente es clasificado como un PUI para el COVID-19.

¿Hay recursos para las empresas pequeñas que han sido impactadas por el COVID-19?

Recientemente, el H.R. 6074 *the Coronavirus Preparedness and Response Supplemental Appropriations Act* fue aprobado en el Congreso. Esta legislación asigna \$8.3 billones en fondos federales que van a financiar la respuesta al coronavirus. Esto incluye desarrollo de vacunas, ayuda para el gobierno estatal y local, y asistencia para las empresas pequeñas que han sido afectadas por el coronavirus. Esta legislación permite que \$1 billón de dólares sean usados para las hipotecas de las empresas pequeñas, pequeñas cooperativas de agricultura, pequeños productores agrícolas y organizaciones sin fines de lucro que han sido impactadas por pérdidas financieras a causa del coronavirus.

Este fondo puede permitirle a la Administración de Pequeños Negocios (SBA por sus siglas en inglés) a proveerles un estimado de \$7 billones en préstamos a estas entidades. Los pequeños negocios deben referirse a la [página web](#) de la Administración para instrucciones sobre la solicitud de fondos.

En adición, la ciudad de Nueva York va a proveer ayuda para los pequeños negocios a través de la ciudad que han visto una reducción en ganancias a causa del COVID-19. Los negocios que

tienen menos de 100 empleados y que han visto una reducción de un 25% o más en ventas pueden ser elegibles para préstamos de \$75,000 sin intereses para ayudar a reducir las pérdidas. La Ciudad también le está ofreciendo a pequeños negocios con menos de 5 empleados un subsidio para cubrir 40% de costos de los salarios por dos meses para ayudar a mantener los empleados. Los dueños que quieran saber más sobre estos programas deben de llamar al 311 para asistencia o visite la página [web](#) de la ciudad.

¿Qué está haciendo el Centro para Control y Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en inglés) sobre el COVID-19?

Esto es una situación emergente que está evolucionando rápidamente y el CDC continuará proveyendo nueva información según esta se encuentre disponible. El CDC trabaja 24/7 para proteger la salud de las personas. Información adicional sobre la respuesta del CDC al COVID-19 puede ser encontrada [aquí](#).

Información del estado de Nueva York

[Guía Provisional para Procedimientos Cuando se Identifica a un Empleado con Preocupaciones sobre Exposición al COVID-19](#)

[Guía para Escuelas P-12 sobre el COVID-19](#)

[Guía para Instituciones de Educación Superior sobre el COVID-19](#)

[Guía para limpiar y desinfectar](#) escuelas, lugares religiosos, facilidades públicas y privadas, transportación pública, y lugares públicos.

Información de la Organización Mundial de Salud (WHO por sus siglas en inglés)

[WHO Coronavirus](#)

Información del Centro para Control y Prevención de Enfermedades

[Lo que necesitas saber sobre el coronavirus 2019 \(COVID-19\)](#)

[Que hacer si usted se contagió con el coronavirus 2019 \(COVID-19\)](#)

Mensaje Final:

Todos pueden poner de su parte para ayudarnos a responder a esta emergencia de salud pública. Los individuos y las comunidades deben de familiarizarse con las recomendaciones para protegerse a sí mismos. De igual forma, las comunidades deben de tomar medidas para evitar contraer y contagiar enfermedades como el COVID-19. Los residentes de Nueva York deben de continuar ejerciendo precauciones básicas mientras proceden con sus vidas: lavarse las manos, usar desinfectante de manos a base de alcohol si no hay agua y jabón disponible, y cubrirse la nariz o boca cuando estornuden o tosan.

Si cree que ha estado expuesto al COVID-19 y desarrolla fiebre y síntomas como toz o dificultad para poder respirar, llame a su profesional médico para consulta médica o llame al CDC al (800) 232 – 4636

Sinceramente,



Nydia M. Velázquez
Congresista del Distrito 7 de Nueva York

Washington, D.C.
2302 Rayburn H.O.B.
Washington, DC 20515
Phone: (202) 225-2361
Fax: (202) 226-0327

Brooklyn Office
266 Broadway,
Suite 201
Brooklyn, NY 11211
Phone: (718) 599-3658

Lower East Side Office
500 Pearl Street,
Suite 973
New York, NY 10007
Phone: (212) 619-2606