

## PREGUNTAS FRECUENTES

### **Preguntas frecuentes sobre la nueva orden para que la población se refugie en sus casas, excepto cuando necesite proporcionar o recibir productos o servicios esenciales, o participar en actividades esenciales**

Actualizado el 16 de marzo de 2020

La orden, vigente a partir de las 12:00 a.m. del 17 de marzo de 2020, limita las actividades, los viajes y las funciones comerciales a las necesidades más esenciales. Esta guía se ha creado con una contribución sustancial de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) de EE. UU., así como las mejores prácticas de otros responsables de salud de todo el mundo. Esta orden estará en vigor hasta el 7 de abril.

La evidencia científica demuestra que el distanciamiento social es una de las estrategias más efectivas para frenar la transmisión de enfermedades infecciosas. La orden permite viajar solo para actividades esenciales, necesarias para la salud y la seguridad de las personas y sus familias. Entre las empresas esenciales que pueden funcionar durante la acción recomendada se incluyen los servicios de atención médica; empresas que proporcionan alimentos, vivienda y servicios sociales, y otros productos/servicios necesarios para la vida de personas económicamente desfavorecidas o necesitadas; minoristas de alimentos frescos y no perecederos (incluidas las tiendas de conveniencia); farmacias; instalaciones de cuidado infantil; gasolineras; bancos; negocios de lavandería y servicios necesarios para mantener la seguridad, el saneamiento y el funcionamiento esencial de una residencia.

**Nota: seguiremos actualizando estas preguntas frecuentes. Vuelva a visitarnos para estar al día de actualizaciones y aclaraciones.**

#### **¿En qué consiste esta orden?**

Esta Orden requiere que la mayoría de las personas se quede en casa lo antes posible, pero a más tardar a las 12:01 am del martes 17 de marzo de 2020, a menos que se dediquen a ciertas "Actividades Esenciales", que se describen más abajo. Para la mayoría de la gente, esto significa que usted y las personas con las que comparte vivienda deben permanecer en casa. Se le permite salir de casa por razones específicas para asegurarse de que dispone de lo necesario para la vida diaria (descrito más adelante), por ejemplo alimentos y suministros médicos. También se le permite salir para cuidar a sus mascotas, pasear y simplemente tomar el aire, siempre que no se una a ningún grupo y mantenga al menos seis pies (1,80 metros) de distancia entre usted y otras personas. Si está enfermo, debe autoaislarse incluso, en la medida de lo posible, de las personas con las que vive (más sobre eso a continuación).

## **¿Qué significa "refugiarse en casa"?**

El término "refugiarse en casa" significa permanecer en su casa y no salir, a menos que sea necesario para una de las excepciones designadas que figuran en la Orden (ver más adelante). Algunas de las razones por las que podría salir de casa son: obtener alimentos, obtener una receta, ir al médico, ir a trabajar si su trabajo se define como esencial en esta Orden, llevar a su(s) hijo(s) a guarderías autorizadas por esta Orden, y ayudar a las personas que cuida a obtener las cosas que necesitan para vivir y estar saludables y seguras.

## **¿Cuál es la diferencia entre "refugiarse en casa" y "distanciamiento social"?**

El refugio en casa es una forma más estricta de distanciamiento social. Hay algunas diferencias. Refugiarse en casa significa:

- quedarse en casa
- salir solo para "actividades esenciales", para trabajar en un "trabajo esencial" o para "viajes esenciales" tal como se definen en la Orden, y como se describe más adelante
- mantenerse a 6 pies (1,80 cm) o más de distancia de los demás
- no unirse a grupos

Los otros principios de distanciamiento social e higiene mitigadora continuarán aplicándose siempre que sea posible. Estos incluyen lavarse las manos, usar desinfectante para manos, desinfectar superficies, no salir si se está enfermo y mantenerse al menos a seis pies (1,80 cm) de distancia de los demás.

## **¿Cuándo entra en vigor la Orden?**

La Orden entra en vigor inmediatamente después de medianoche, a partir de las 12:01 a.m. del martes 17 de marzo de 2020. Aunque esto es pronto, le rogamos que no se alarme. La Orden permite continuar con todas las actividades esenciales: ir de compras, cuidar a los niños, obtener medicamentos...

## **¿Cuánto durará la Orden?**

Actualmente, la Orden tiene una duración de tres (3) semanas, hasta las 11:59 p. m. del martes 7 de abril de 2020. Esta duración puede ser acortada o ampliada por el Responsable de Salud del Condado o del Estado. Queremos asegurarnos de que la Orden esté en vigor solo el tiempo necesario; el Responsable de Salud supervisará de cerca la situación todos los días para determinar qué ajustes son necesarios.

## **¿Puede haber cambios en la Orden?**

Sí. Era importante implementar esta Orden rápidamente, dada la propagación del virus en el Área de la Bahía. No obstante, la Orden puede actualizarse, y lo haremos cuando la situación lo justifique. Asegúrese de visitar el sitio web del Condado en <http://www.sccphd.org/coronavirus> periódicamente para estar al día. También nos aseguraremos de trabajar con los medios de comunicación para compartir actualizaciones y otros datos importantes.

## **¿Dónde está en vigor la Orden?**

Esta orden (o una orden similar) está vigente en los seis condados más poblados del Área de la Bahía: condados de Marin, San Francisco, San Mateo, Santa Clara, Contra Costa y Alameda, más la Ciudad de Berkeley.

## **¿Quién emitió la Orden?**

Esta Orden fue emitida por los responsables de salud de los condados de Marin, San Francisco, San Mateo, Santa Clara, Contra Costa y Alameda, así como la ciudad de Berkeley. Estos profesionales de la salud condales tienen autoridad legal estatal para emitir Órdenes para proteger la salud y el bienestar de todos en sus respectivas jurisdicciones.

## **¿Es obligatoria esta Orden, o solo una guía?**

Sí, es obligatoria. Esta Orden es una Orden legal emitida bajo la autoridad de la ley de California. Tiene usted obligación de cumplirla, y es delito (delito leve) no seguir la Orden (aunque no es nuestro objetivo causar problemas a nadie). Asimismo, es fundamental que todos sigan la Orden para evitar la propagación de COVID-19 y protegerse a sí mismos, a sus seres queridos, amigos, vecinos y a toda la comunidad. Todas las personas, empresas y otras entidades deben cumplir la Orden a menos que entren en una de las exenciones contempladas en ella.

## **¿Por qué se ha emitido esta Orden?**

Esta Orden se ha emitido para hacer frente a la constante propagación del virus que causa COVID-19 en el Área de la Bahía. En este punto de la pandemia global, el virus está presente en todas las jurisdicciones que han emitido esta Orden. Existe una importante transmisión comunitaria del virus, que se propaga fácilmente entre personas. Un gran desafío para controlar la transmisión del virus es que muchos portadores no presentan síntomas o tienen síntomas leves. Pese a ello, pueden propagar fácilmente el virus incluso si no se sienten muy mal. Asimismo, el virus sobrevive mucho tiempo en muchas superficies (de horas a días).

Desafortunadamente, este virus puede causar síntomas graves en algunas personas, e incluso resultar fatal. Algunas personas que contraen el virus, especialmente los mayores de 60 años, las personas inmunodeprimidas (con un sistema inmunitario débil) y las personas con diversas afecciones médicas

(lista completa a continuación), pueden terminar con complicaciones graves que incluyen fiebre, neumonía e incluso, en algunos casos, la muerte. No hay ningún tratamiento o cura aprobados para COVID-19. Eso significa que las personas que enferman gravemente necesitan intervención médica, por ejemplo oxígeno o ayuda para respirar.

Como el virus se propaga tan fácilmente, sin una intervención drástica como esta Orden, habría tantas personas que necesitarían atención médica en un entorno hospitalario que nuestros hospitales se verían desbordados. Es posible que no tengamos suficientes camas o equipos para atender adecuadamente a los enfermos más graves. Asimismo, nuestros trabajadores de atención médica y otro personal médico también están en riesgo, y si se enferman hay menos personas para brindar atención médica y servicios de primeros auxilios. Por esas razones, es fundamental que ahora hagamos todo lo que esté a nuestro alcance para frenar la propagación del virus. Hacerlo ayudará a "aplanar la curva" para frenar la propagación del virus y ayudará a que nuestro sistema de atención médica no se vea desbordado. Si esto tiene éxito, habrá atención médica disponible para aquellos que se enferman con COVID-19 o que necesitan atención médica de emergencia por accidentes, ataques cardíacos, derrames cerebrales y otras afecciones médicas graves.

Todos tenemos que colaborar ahora para proteger a todos los miembros de nuestra comunidad. La mejor manera de hacerlo es "aislarse socialmente" en casa para evitar una mayor propagación del virus.

### **¿Por qué ahora?**

Esta Orden se emite ahora porque las tasas de infección en los seis condados más poblados del Área de la Bahía y la Ciudad de Berkeley sugieren que la situación es crítica y empeorará rápidamente, especialmente sin una intervención drástica. Algunas jurisdicciones creen que sus sistemas de atención médica están desbordados o pueden comenzar a estarlo en la próxima semana. Para esas jurisdicciones, la propagación debe frenarse lo máximo posible. Dada la forma en que se propaga el virus, cuanto antes se tomen estas medidas extremas, más efectivas serán.

### **¿Por qué emite el Responsable de Salud Pública del Condado una orden que cierra tantos negocios en mi comunidad?**

Los Responsables de Salud Pública de los seis condados más grandes del Área de la Bahía han estado siguiendo de cerca la rápida aceleración de la situación con COVID-19; es evidente que si no tomamos medidas muy firmes y agresivas para frenar la propagación de la enfermedad, nuestros hospitales y particularmente nuestras unidades de cuidados intensivos se verán desbordados por los pacientes. Tomamos esta medida para salvar las vidas de los miembros de nuestra comunidad, especialmente los que son particularmente susceptibles a sufrir un caso grave de COVID-19, y tienen un mayor riesgo de enfermedad grave o muerte si resultan infectadas. La Orden también protege la capacidad de todos de buscar atención médica de emergencia cuando sea necesario, evitando que los centros de atención médica se vean más abrumados de lo que ya están.

### **¿Se me permite salir de casa mientras esta Orden esté en vigor?**

La intención de esta Orden es garantizar que las personas permanezcan en sus residencias y minimizar las interacciones sociales fuera de su unidad familiar inmediata. No obstante, puede usted salir de su residencia por los motivos especificados en la Orden. Estos motivos incluyen garantizar la salud y la seguridad de usted y su familia, realizar actividades al aire libre que no impliquen un contacto cercano con otras personas, obtener servicios y suministros para usted y su familia, y realizar actividades de empleo que estén permitidas bajo la Orden.

### **¿Puedo salir de casa para visitar a amigos o familiares si no hay una necesidad urgente?**

No. Para su seguridad y la de ellos, necesitamos ayudarnos mutuamente a combatir la propagación de COVID-19 quedándonos en casa.

### **¿Puedo seguir recibiendo mi correo y paquetes?**

Sí, seguirá pudiendo recibir correo y otras entregas en su hogar.

### **¿Puedo seguir encargando en línea lo que necesito para que me lo entreguen en mi residencia?**

Sí, la Orden identifica a las empresas que entregan bienes o servicios directamente a las residencias como "empresas esenciales" que pueden continuar operando.

### **¿Puedo obtener un viaje en mi servicio favorito de viaje compartido / a petición o un taxi?**

Sí, pero solo para viajes esenciales. Estos servicios solo se pueden usar para "actividades esenciales", para ir y venir del trabajo, para operar "empresas esenciales" o para proporcionar "funciones gubernamentales esenciales", tal como se definen esos términos en la Orden. Asimismo, si es posible, debe evitarse estar en vehículos que se hayan compartido con muchas otras personas. No obstante, puede haber circunstancias en las que se necesite este medio de transporte. En ese caso, haga todo lo posible para tomar precauciones de distanciamiento social, asegurándose de cubrirse la boca y la nariz si tose o estornuda, usa desinfectante para manos o se lava las manos antes y después de los viajes, etc.

### **¿Puedo usar el transporte público (autobús, metro, tren)?**

Sí, pero el transporte público solo se puede utilizar para realizar "actividades esenciales", para ir y venir del trabajo, para operar "empresas esenciales" o para mantener "funciones gubernamentales esenciales", tal como se definen en la Orden.

Cuando use el transporte público, debe mantener al menos seis pies (1,80 cm) de distancia con otras personas, lo que equivale a dos o tres pasos de distancia, incluso si está en un autobús o en un tren. Por eso es importante usar el transporte público solo para actividades esenciales: el objetivo es ayudar a todo el mundo a practicar el distanciamiento social.

### **¿Puedo obtener mis recetas u otros productos/servicios de atención médica? ¿Puedo salir de casa para ir a la farmacia a que me despachen una receta?**

Sí. Las farmacias y otras tiendas de suministros médicos pueden abrir. Cuando sea posible, pida que la farmacia entregue su medicamento recetado a domicilio.

### **¿Cómo obtendré los alimentos y las medicinas que necesito si debo “refugiarme en casa”?**

La Orden permite explícitamente salir de casa para comprar alimentos, medicamentos y otros artículos necesarios. También invita a las empresas que venden esos artículos a permanecer abiertas, y permite que los empleados de esas empresas sigan trabajando.

### **¿Qué sucede si necesito recibir atención sanitaria de mi proveedor médico?**

Sigue usted pudiendo atender a sus necesidades de salud. Debe comunicarse con su proveedor de atención médica para saber si brinda los servicios habituales. Algunos servicios, especialmente los procedimientos electivos, pueden aplazarse o cancelarse. Si se siente enfermo, llame primero a su médico, a una línea directa de enfermeros o a un centro de atención urgente. No vaya a la sala de emergencias de un hospital a menos que tenga una emergencia real.

### **¿Puedo seguir pidiendo atención médica no esencial (exámenes de la vista, limpieza dental, procedimientos electivos, etc.)?**

En general, aplácelos si es posible. Si puede esperar, por favor espere. Consulte con su proveedor habitual para obtener orientación específica. Puede que el proveedor cancele servicios. No debe exponerse a sí mismo ni a otros buscando atención médica o atención de mantenimiento que pueda esperar unas semanas.

### **¿Debo almacenar grandes reservas de alimentos, artículos como papel higiénico y medicamentos?**

No. Podrá comprar esos artículos siempre que lo necesite, ya que las tiendas que venden artículos necesarios (supermercados, farmacias, ferreterías...) permanecerán abiertas. Continúe comprando cantidades normales de esos artículos en el mismo horario que suele hacerlo. Así garantizará que haya bastante para todos.

### **¿Qué debo hacer si estoy enfermo? Si yo o un miembro de mi familia necesitamos atención médica inmediata, ¿puedo salir de casa para ir al médico o al hospital?**

Si se siente enfermo, llame primero a su médico, a una línea directa de enfermeros o a un centro de atención urgente antes de ir al hospital. No vaya a la sala de emergencias de un hospital a menos que tenga una emergencia real. No obstante, puede y debe buscar consejo médico si usted o un miembro de su familia están enfermos. Si no es una emergencia, comuníquese con su proveedor de atención primaria para decidir los próximos pasos. Asimismo, puede consultar recursos en línea para ayudarse a

evaluar los síntomas si teme que usted o un ser querido tengan el virus COVID-19. Consulte <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/index.html> para obtener más información. Llame al 911 o vaya a una sala de emergencias si tiene una emergencia médica.

### **¿Puedo salir de casa para cuidar a mis padres o amigos mayores que requieren asistencia? ¿O un amigo o familiar con discapacidades?**

Sí. Asegúrese de protegerlos y protegerse usted mismo siguiendo las pautas de distanciamiento social: lavarse las manos antes y después, usar desinfectante para manos, mantener al menos 6 pies (1,80 cm) de distancia cuando sea posible y toser o estornudar en un pañuelo.

### **¿Puedo visitar a seres queridos en el hospital, hogar de ancianos, centro de enfermería especializada u otro centro de atención residencial?**

En principio, no. Hay excepciones limitadas especificadas en la Orden. Para la mayoría de las otras situaciones, otras Órdenes ya existentes de la Responsable de Salud que abordan esta emergencia prohíben las visitas no necesarias a este tipo de centros. Si necesita más información, llame al centro que desea visitar antes de ir para preguntar sobre su política de visitas. Somos conscientes de que no es fácil, pero es necesario para proteger al personal del hospital y los demás pacientes.

### **¿Qué ocurre si no puedo salir de casa? ¿Cómo puedo obtener suministros y comida?**

Póngase en contacto con amigos, familiares u otras personas que conozca que puedan brindarle apoyo. Se les permitirá recoger cualquiera de las cosas que necesite. También puede encargar alimentos y otros suministros para que se los entreguen a domicilio.

### **¿Se requerirá el cierre de todas las oficinas comerciales y tiendas? ¿Qué son las "empresas esenciales"?**

No, las "empresas esenciales" pueden permanecer abiertas y sus empleados pueden salir de casa para ir a trabajar. La Orden incluye la siguiente lista de empresas esenciales:

- i. Centros de atención médica e infraestructuras esenciales;
- ii. Tiendas de abarrotes, mercados de productos agrícolas certificados, puestos de productos agrícolas, supermercados, bancos de alimentos, tiendas de conveniencia y otros establecimientos dedicados a la venta minorista de alimentos enlatados, frutos secos, frutas y verduras frescas, suministros para mascotas, carnes frescas, pescado y aves de corral, y cualquier otro producto de consumo doméstico (p. ej., productos de limpieza y cuidado personal). Esto incluye tiendas que vendan comestibles y también otros productos no

- comestibles, así como productos necesarios para mantener la seguridad, el saneamiento y el funcionamiento esencial de las residencias;
- iii. Cultivo de alimentos, incluidas la agricultura, la ganadería y la pesca;
  - iv. Empresas que proporcionen alimentos, refugio y servicios sociales, y otros productos/servicios necesarios para la vida de personas económicamente desfavorecidas o necesitadas;
  - v. Periódicos, televisión, radio y otros medios de comunicación;
  - vi. Estaciones de servicio y autoabastecimiento, reparación de automóviles y servicios relacionados;
  - vii. Bancos e instituciones financieras relacionadas;
  - viii. Ferreterías;
  - ix. Plomeros, electricistas, exterminadores y otros proveedores de servicios que brindan servicios necesarios para mantener la seguridad, el saneamiento y el funcionamiento esencial de residencias, Actividades Esenciales y Empresas Esenciales;
  - x. Empresas que prestan servicios de envío de correo y paquetería, incluidos apartados postales;
  - xi. Instituciones educativas, incluidas las escuelas públicas y privadas primarias y secundarias, politécnicos y universidades, con el fin de facilitar el aprendizaje a distancia o realizar funciones esenciales, siempre que se mantenga el distanciamiento social de seis pies (1,80 cm) por persona en la mayor medida posible;
  - xii. Lavanderías, tintorerías y proveedores de servicios de lavandería;
  - xiii. Restaurantes y otras instalaciones que preparan y sirven comida, pero solo a domicilio o para llevar. Las escuelas y otras entidades que suelen brindar servicios de comida gratis a los estudiantes o miembros del público pueden seguir haciéndolo bajo esta Orden con la condición de que la proporcionen a dichas personas solo para llevar. Las escuelas y otras entidades que brinden servicios de alimentos bajo esta exención no permitirán que los alimentos se coman en el sitio donde se proporcionan, ni en cualquier otro lugar de reunión;
  - xiv. Empresas que suministran productos necesarios para trabajar desde casa;
  - xv. Empresas que proporcionan el apoyo o suministros necesarios para que funcionen otras empresas esenciales;
  - xvi. Empresas que envían o entregan comestibles, alimentos, bienes o servicios directamente a residencias;
  - xvii. Aerolíneas, taxis y otros proveedores de transporte privado que brindan servicios de transporte necesarios para Actividades Esenciales y otros fines expresamente autorizados en esta Orden;
  - xviii. Atención domiciliaria para personas mayores, adultos o niños;
  - xix. Centros residenciales y refugios para personas mayores, adultos y niños;
  - xx. Servicios profesionales, por ejemplo servicios legales o contables, cuando sea necesario para ayudar en el cumplimiento de las actividades legalmente obligatorias;
  - xxi. Centros de cuidado infantil que brindan servicios que permiten a los empleados exentos por esta Orden trabajar según lo permitido. En la medida de lo posible,

los centros de cuidado infantil deben operar bajo las siguientes condiciones obligatorias:

1. El cuidado infantil debe realizarse en grupos estables de 12 o menos ("estable" significa que los mismos 12 niños o menos están en el mismo grupo cada día).
2. Los niños no deben cambiar de un grupo a otro.
3. Si se atiende a más de un grupo de niños en un centro, cada grupo estará en una habitación separada. Los grupos no se mezclarán.
4. Los proveedores de cuidado infantil permanecerán únicamente con un grupo de niños.

### **¿Qué sucede si mi empresa no se considera una Empresa Esencial? ¿Requiere esta orden el cierre de mi local comercial?**

Usted y sus empleados pueden realizar "Actividades Básicas Mínimas" en su lugar de trabajo, siempre que los empleados mantengan una distancia de seis pies (1,80 cm) entre sí en la mayor medida posible. Entre las Actividades Básicas Mínimas se incluyen:

- i. Las actividades mínimas necesarias para mantener el valor del inventario de la empresa, garantizar la seguridad o funciones relacionadas.
- ii. Las actividades mínimas necesarias para facilitar que los empleados de la empresa puedan seguir trabajando de forma remota desde sus residencias.

Sus empleados también pueden trabajar desde casa si sus trabajos se pueden realizar de forma remota.

### **¿Va a cerrar el gobierno local?**

No, las funciones gubernamentales esenciales continuarán, incluidos los servicios de primera respuesta, el personal de gestión de emergencias, los despachadores de emergencias y la policía. Otras funciones u oficinas gubernamentales pueden estar sujetas a horarios reducidos o cerrarse como parte del esfuerzo para combatir la propagación de COVID-19.

### **Trabajo para el Gobierno. ¿Puedo seguir yendo a trabajar?**

Los empleados del Gobierno pueden continuar yendo a trabajar si su empleador los designa como empleados esenciales. Cada entidad gubernamental es responsable de determinar cuáles de sus trabajadores son trabajadores esenciales.

### **¿Qué hago si mi empleador me exige que vaya a trabajar?**

Según esta Orden, hay muchas empresas que no pueden abrir. Las Empresas Esenciales, tal como se definen en la orden, pueden seguir funcionando (y se les invita a ello). Si no trabaja en una Empresa Esencial, queda prohibido que vaya a trabajar y su empleador no puede exigirle que lo haga, excepto para completar Actividades Básicas Mínimas tal como se definen ese término en la Orden. Puede trabajar desde casa si su trabajo lo permite.

### **¿Requiere esta Orden el cierre de las escuelas?**

Esta Orden requiere que todas las escuelas dejen de impartir clases en ubicaciones físicas del Condado. No obstante, las escuelas pueden proporcionar educación a distancia a sus alumnos. Los empleados de las escuelas pueden ir a trabajar con el fin de proporcionar educación a distancia a sus estudiantes. Las escuelas también pueden continuar ofreciendo a los estudiantes almuerzos gratuitos y de precio reducido, lo que muchas escuelas están haciendo.

### **Trabajo para Apple, Google u otra gran empresa de tecnología que ofrece productos y servicios que el público necesita para acceder a servicios críticos. ¿Se va a cerrar completamente mi empresa?**

No. No obstante, la mayoría de los empleados de esas empresas necesitarán trabajar desde casa. Cualquier persona que deba trabajar en las oficinas de la empresa para mantener la "Infraestructura Esencial" para la comunidad o para mantener las "Actividades Mínimas Necesarias", tal como se describen en la Orden, puede continuar trabajando en dichas oficinas siempre que mantenga el distanciamiento social.

### **¿Impedirá esta Orden que las empresas que trabajan en vacunas y pruebas para COVID-19 continúen haciendo ese trabajo?**

No. La Orden excluye específicamente todas las funciones relacionadas con la atención médica, incluidos no solo hospitales, clínicas y proveedores de atención médica, sino también todas las empresas que les suministran bienes y servicios.

### **¿Pueden seguir funcionando las organizaciones sin fines de lucro?**

Si proporcionan servicios esenciales tal como se describen en la Orden, sí pueden y deben continuar prestando esos servicios. Esto incluiría organizaciones sin fines de lucro que llevan despensas de alimentos, que proporcionan viviendas para residentes sin hogar y muchos, muchos otros servicios esenciales.

### **¿Se me permite abandonar las áreas cubiertas por esta Orden para viajar hacia / desde un trabajo fuera del Área de la Bahía? ¿Me permite la Orden salir del Condado?**

Sí, pero solo para realizar "actividades esenciales", operar "empresas esenciales" o mantener "funciones gubernamentales esenciales", tal como se definen esos términos en la Orden. De lo contrario, la respuesta es no porque eso los pone a usted y al resto de la comunidad en riesgo.

### **Actualmente estoy de vacaciones fuera del Condado. ¿Me permite la Orden regresar a casa?**

Sí.

## **Estoy de visita y me alojo en un hotel, con familiares / amigos, o en una vivienda alquilada por un periodo breve. ¿Qué debo hacer? ¿Puedo irme a casa?**

Sí, puede abandonar el Condado con el propósito de regresar a su hogar.

## **¿Qué hago con mis hijos? Tengo que trabajar.**

Si trabaja para una Empresa Esencial, como se describe en la Orden, puede y debe continuar trabajando. Ciertos empleadores, escuelas y organizaciones comunitarias brindarán cuidado infantil a empleados de Empresas Esenciales.

## **¿Puedo salir de casa para ir a mi iglesia, sinagoga o mezquita?**

No. Para su seguridad y la de sus correligionarios, necesitamos ayudarnos mutuamente a combatir la propagación de COVID-19 quedándonos en casa. No obstante, los lugares de culto pueden ofrecer acceso remoto a servicios, por correo electrónico, transmisión de video o teleconferencia.

## **¿Puedo salir de casa para hacer ejercicio?**

Si estará al aire libre y no estará en contacto cercano con otras personas, sí. De otra manera, no. Los gimnasios de fitness y ejercicio tienen prohibido abrir.

## **Me pongo ansioso cuando estoy encerrado en casa. ¿Se me permite ir a un parque o hacer una caminata? ¿Puedo viajar a un parque o espacio abierto del Condado?**

Sí. Pasar tiempo al aire libre mejora el estado de ánimo y el bienestar, y es particularmente beneficioso para los niños. Puede salir a pasear, ir al parque y participar en otras actividades similares, pero debe mantener la distancia social (es decir, estar a más de seis pies -1,80 cm- de distancia de las personas con las que no conviva) cuando pasee y en los parques para evitar la propagación del virus.

## **¿Qué hago con un ser querido que necesita que le cuide?**

Se le permite brindar atención o ayudar a obtener suministros para sus seres queridos, incluso si no viven en su casa. No obstante, no brinde atención ni recoja suministros si está enfermo y hay otras personas que pueden ayudarlos. Si está enfermo, intente autoaislarse o tome otras medidas para no exponer a nadie más a su enfermedad.

## **¿Puedo ir a la tienda (supermercado, mercado, tienda de la esquina, banco de alimentos, etc.) para comprar comida y otras cosas?**

Sí. Esto también incluye suministros médicos en una farmacia, suministros esenciales para el mantenimiento del hogar en una ferretería o suministros de oficina para su negocio o trabajo en el hogar.

## **¿Pueden permanecer abiertos los supermercados, mercados de agricultores y otros minoristas de alimentos?**

Sí. Se invita a las tiendas de comestibles, mercados agrícolas certificados, puestos de productos agrícolas, supermercados, bancos de alimentos, tiendas de conveniencia y establecimientos minoristas de alimentos similares a permanecer abiertos para proporcionar alimentos y suministros para mascotas al público. Cuando visite estos establecimientos, ayude a los minoristas a mantener una distancia mínima de al menos seis pies (1,80 cm) entre los clientes, incluso proporcionando un amplio espacio mientras compra y hace cola.

## **Si la escuela de mi hijo proporciona alimentos o comidas, ¿puedo salir de casa para ir a la escuela a recoger los alimentos o comidas?**

Sí.

## **Llevo un centro de alimentos: ¿qué prácticas debo seguir para mantener seguros a mis clientes?**

Siga las mejores prácticas para las actividades permitidas para centros de alimentos incluidas en el "Aviso a los centros de alimentos: nuevo coronavirus (COVID-19)" del Departamento de Salud Ambiental: [https://www.sccgov.org/sites/deh/Documents/2020-03-13\\_COVID-19\\_Notice.pdf](https://www.sccgov.org/sites/deh/Documents/2020-03-13_COVID-19_Notice.pdf). Consulte el sitio web del Departamento de Salud Pública para obtener información adicional actualizada.

## **¿Puedo ir de compras para otras cosas que no sean alimentos / comestibles?**

Sí. Puede comprar cualquier cosa relacionada con la atención médica, suministros de oficina y suministros de ferretería, y otros artículos necesarios. No obstante, debe minimizar los viajes innecesarios.

## **¿Pueden permanecer abiertas las grandes tiendas ("big box stores") que venden comestibles y artículos esenciales?**

Sí.

## **¿Pueden permanecer abiertos los almacenes y centros de distribución que abastecen a empresas que envían y entregan artículos?**

Sí.

## **¿Puedo ir al banco?**

Sí, puede ir al banco. No obstante, debe minimizar los viajes innecesarios.

## **¿Puedo salir para lavar la ropa o llevarla a la lavandería?**

Sí.

## **¿Cuáles son las normas de distanciamiento social que aún debo seguir?**

La mejor manera de reducir su riesgo de enfermarse, como sucede con los resfriados estacionales o la gripe, sigue siendo aplicable para prevenir COVID-19:

- Lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos con la mayor frecuencia posible.
- Quédese en casa si está enfermo.
- Evite tocarse la cara.
- Tosa o estornude en la parte superior de la manga o el codo, no en las manos
- Evite grupos (guarde al menos seis pies -1,80 cm- de distancia con los demás)
- Reduzca el tiempo que pasa cerca de otras personas fuera de casa, incluso cuando esté al menos a seis pies (1,80 cm) de distancia.

## **Al practicar el distanciamiento social, ¿qué tan lejos debo mantenerme de los demás cuando me vea obligado a salir de casa?**

Al menos seis pies (1,80 cm), lo que equivale a dos o tres pasos de distancia, incluso si está en el autobús o el tren.

## **¿Qué ocurre si estoy en una cola y no hay seis pies (1,80 cm) entre yo y los demás?**

Aún debe intentar mantener al menos esa distancia entre usted y los demás. Cuando eso no sea posible por períodos cortos, haga todo lo posible para que la situación no dure mucho. Procure también no estornudar ni toser sobre otras personas cuando esté en cola. Si es necesario, tosa o estornude en su camisa o en el codo (si lleva manga larga).

## **Trabajo para una organización de infraestructura esencial. ¿Puedo salir de casa para ir a trabajar?**

Sí. Por "Infraestructura Esencial" se entiende, entre otras cosas, construcción de obras públicas, construcción de viviendas (en particular viviendas asequibles o viviendas para personas sin hogar), operaciones aeroportuarias, agua, alcantarillado, gas, electricidad, refinación de petróleo, carreteras y carreteras, Transporte público, recolección y eliminación de residuos sólidos, Internet y sistemas de telecomunicaciones (incluida la provisión de infraestructura esencial global, nacional y local para servicios informáticos, infraestructura empresarial, comunicaciones y servicios basados en la web).

## **Trabajo en servicios de atención médica. ¿Puedo salir de casa para ir a trabajar?**

Sí. Por "Servicios de Atención Médica" se entienden, entre otros, hospitales, clínicas, dentistas, farmacias, compañías farmacéuticas y de biotecnología, otros centros de atención médica, proveedores de atención médica, proveedores de servicios de atención médica a domicilio, proveedores de salud mental o cualquier servicio de atención médica relacionado y / o auxiliar. Por "Servicios de Atención Médica" se entiende también atención veterinaria y todos los servicios de atención médica que se brindan a animales, pero no gimnasios de fitness y ejercicio físico e instalaciones similares.

### **¿Puedo ir a un bar / discoteca / teatro?**

No. No se permite la apertura de lugares de esparcimiento como estos durante la vigencia de esta Orden.

### **¿Puedo ir a un restaurante, cafetería o tienda de té, heladería u otro lugar de servicio de alimentos?**

Sí, pero solo para recoger comida. No puede cenar, comer ni beber en esos locales. No se permitirá a los clientes cenar ni congregarse en restaurantes, bares ni establecimientos similares.

### **¿Está abierto mi restaurante, cafetería o tienda de té, heladería u otra tienda de alimentos favorita?**

Se invita a los restaurantes y otros locales que preparan y sirven alimentos al público a permanecer abiertos, pero solo para ofrecer comida a domicilio o para llevar. No se permitirá a los clientes cenar ni congregarse en restaurantes, bares ni establecimientos similares.

### **No cocino; ¿cómo puedo comprar comidas?**

Los restaurantes, cafeterías, camiones de comida y establecimientos similares pueden permanecer abiertos para suministrar comidas al público (a domicilio o para llevar). También puede comprar alimentos preparados en supermercados, mercados de granjeros certificados, tiendas de conveniencia y otros minoristas de alimentos.

### **¿Cómo puedo acceder a comidas gratis o a precio reducido para mí o mi familia?**

Se invita a escuelas, comedores populares, bancos de alimentos y otras entidades que proporcionan alimentos o comidas gratuitas o de precio reducido a estudiantes u otros miembros del público a que continúen brindando estos servicios. No obstante, la comida que estos establecimientos proporcionen al público no se puede comer en el mismo local: se debe entregar a domicilio o recoger para llevar.

### **¿Puedo ir al gimnasio o al spa?**

No. Esta Orden prohíbe la apertura de gimnasios y spas.

### **¿Puedo pasear a mi perro / mascota?**

Sí. Asegúrese de distanciarse al menos seis pies (1,80 cm) de otros propietarios.

### **¿Puedo ir a un veterinario u hospital de mascotas si mi mascota está enferma?**

Sí. Llame primero para saber si el veterinario aplica restricciones.

### **¿Qué pasa si mi plomería no funciona o hay algún otro problema con instalaciones necesarias en mi casa? ¿Cómo accederé a ese tipo de servicios?**

Llame a su plomero o al responsable de su edificio. Esta Orden permite a proveedores de servicios tales como plomeros, electricistas y exterminadores seguir trabajando y brindando sus servicios al público. Para obtener suministros para una solución de bricolaje, también puede visitar su ferretería, que esta Orden permite abrir.

### **¿Puedo seguir trabajando desde casa?**

Sí.

### **¿Qué sucede si quiero ir a trabajar a una ubicación física del Condado y no estoy enfermo?**

A menos que su trabajo esté exento por esta Orden, no puede ir a trabajar a ninguna ubicación física del Condado. Puede trabajar desde casa para cualquier empresa, si su empleador lo permite.

### **¿Qué sucede si desobedezco esta Orden?**

Esta es una orden legalmente aplicable emitida bajo la ley de California. Infringir esta Orden es un delito, y puede ser castigado con una multa o prisión.

### **¿Puedo operar un negocio que puede vender o vende artículos que pueden entregarse a domicilio? ¿Puedo seguir haciendo eso y convertir más partes de mi empresa a un modelo de entrega a domicilio?**

Sí. Puede seguir enviando entregas a domicilio, y adaptar su modelo de negocio en consecuencia mientras esta Orden esté vigente.

### **¿Puedo llevar a mis hijos al parque; podemos usar parques infantiles?**

La Orden le permite participar en actividades al aire libre, siempre que mantenga un distanciamiento social adecuado. Si bien animamos a usar los parques, desaconsejamos el uso de parques infantiles en particular: incluyen superficies de mucho contacto y generalmente no permiten mantener el distanciamiento social.

### **Si actualmente estoy fuera del Condado, ¿puedo entrar en él?**

Usted está sujeto a las mismas restricciones de viaje que las personas que actualmente se encuentran en el Condado. Puede viajar al Condado para realizar "Actividades Esenciales", trabajar en "Empresas Esenciales" o mantener "Funciones Gubernamentales Esenciales" tal como se definen esos términos en la Orden.