

Lineamientos de Seguridad para el COVID-19 de California

PREGUNTAS FRECUENTES

Actualización: 6/15/2021

A partir del 15 de junio del 2021, el estado dio un paso [Más Allá del Plan para una Economía Más Segura](#) y eliminó el sistema de niveles por código de color para los condados.

Esto significa que hay muchas menos restricciones en los negocios y las actividades sociales, aunque las cosas no son exactamente como antes de la pandemia. Ya no se aplican límites a la capacidad de los negocios, aunque el uso de mascarillas faciales sigue siendo obligatorio en muchas situaciones y entornos.

Resumen

¿Qué ha cambiado ahora que el estado pasó más allá del Plan para una Economía Más Segura el 15 de junio?

Todos los sectores de negocios pueden regresar a sus operaciones normales (con las excepciones limitadas que se indican abajo para los [eventos masivos](#)) en base a las siguientes recomendaciones generales de salud pública:

Uso de mascarillas:

- **Personas completamente vacunadas:** No es obligatorio utilizar mascarillas en la mayoría de los entornos, excepto cuando así se requiera para todas las personas (las excepciones se indican abajo)
- **Personas sin vacunar o parcialmente vacunadas:** Las personas sin vacunar están obligadas a utilizar mascarillas en negocios y lugares públicos en interiores (por ejemplo: tiendas, restaurantes, cines/teatros, centros de entretenimiento familiar, reuniones, oficinas del gobierno local y estatal que atiendan al público)
- **Todas las personas:** Las personas vacunadas y sin vacunar deben utilizar mascarillas en los siguientes entornos:

- Transporte público (por ejemplo: aviones, barcos, transbordadores, trenes, metro, autobuses, taxis y viajes compartidos)
- Centros de transporte (por ejemplo: aeropuertos, terminales de autobuses, marinas, estaciones de trenes, puertos marítimos y de otros tipos, estaciones del metro o cualquier otro sitio que proporcione un transporte)
- Lugares de trabajo: Es necesario seguir usando las mascarillas en el lugar de trabajo. [Cal/OSHA](#) revisará el 17 de junio sus lineamientos sobre el uso de mascarillas para empleadores y trabajadores.
- Negocios que decidan requerir que todos los clientes utilicen mascarillas
- Escuelas K-12, instituciones de cuidado infantil y otros entornos para jóvenes (en interiores)
- Entornos del cuidado de la salud (incluyendo instituciones de cuidados a largo plazo)
- Albergues para personas sin hogar, refugios de emergencia y centros de enfriamiento
- Instituciones correccionales y centros de detención

Lineamientos de verificación de la vacunación para negocios, recintos o anfitriones:

En los entornos donde solamente se requiera el uso de mascarillas faciales para personas no vacunadas, los negocios, los operadores de recintos y los anfitriones pueden:

- Proporcionar información a todos los clientes, invitados y asistentes sobre los requisitos de vacunación y permitir que las personas vacunadas declaren que cumplen con los requisitos antes de entrar (es decir, el sistema de honor)
- Implementar una verificación de la vacunación para determinar si las personas están obligadas a utilizar una mascarilla
- Requerir que todas las personas utilicen una mascarilla

Haga clic en los siguientes para obtener más información:

- [Lineamientos del CDPH sobre el Uso de Mascarillas Faciales](#)
- [Lineamientos de los CDC para Personas Completamente Vacunadas](#)
- [Lineamientos de Cal-OSHA para el Lugar de Trabajo](#)

Limitaciones en la capacidad: Sin restricciones

Distanciamiento físico:

- Sin restricciones para los clientes, invitados y asistentes
- Es necesario mantener un distanciamiento físico en el lugar de trabajo

Viajes: Deben seguir las [recomendaciones de los CDC](#)

Verificación de las vacunas / pruebas negativas para eventos masivos:

- Obligatoria para los [eventos masivos](#) en **interiores**
- Altamente recomendada para los [eventos masivos](#) al **aire libre**

Eventos masivos: Los [eventos masivos](#) son eventos públicos grandes a los cuales asisten 5,000 o más personas en interiores o 10,000 o más personas el aire libre.

Algunos ejemplos de los **eventos masivos en interiores** incluyen convenciones, conferencias, exposiciones, eventos deportivos y conciertos. Los ejemplos de los **eventos masivos al aire libre** incluyen festivales de música o comida, exposiciones de automóviles, maratones y eventos de resistencia masivos, desfiles, eventos deportivos y conciertos.

Para todos los asistentes, la verificación del [estatus de completamente vacunado](#) o una [prueba negativa](#) reciente de COVID-19 es:

- **Obligatoria** para los eventos masivos **en interiores**
- **Altamente recomendada** para los eventos masivos **al aire libre**

Haga clic aquí para leer [información adicional sobre los requisitos y las recomendaciones para los eventos masivos](#).

¿Son obligatorias las órdenes de salud o solamente son recomendaciones?

Las órdenes son obligatorias y se emiten bajo la autoridad de las leyes de California. Todas las personas están obligadas a cumplir con ellas y el incumplimiento es un delito menor. La mayoría de las personas y los negocios quieren hacer lo correcto para su comunidad y los Servicios de Salud de Contra Costa se han enfocado en la educación sobre la salud pública. Pero en raras ocasiones es necesario aplicar la ley para garantizar el cumplimiento de las órdenes básicas de seguridad pública. La Junta de Supervisores del Condado de Contra Costa aprobó la [Ordenanza No. 2020-21](#), la cual permite emitir advertencias, citaciones y multas (en caso de reincidencia) a los negocios y personas que no cumplan con las [órdenes de salud sobre el COVID-19](#). Las multas para los negocios comienzan en \$250 para la primera infracción y aumentan para las siguientes infracciones. En el caso de las personas, las multas van desde \$100 para la primera infracción y aumentan para las siguientes infracciones. [Haga clic aquí para obtener más información](#).

¿Qué órdenes de salud adicionales están vigentes en el Condado de Contra Costa?

El Condado de Contra Costa sigue las órdenes de salud del estado. [El oficial de salud del condado ha emitido varias órdenes adicionales, incluyendo la orden de cuarentena masiva y la orden de aislamiento masivo](#).

¿Qué acciones puede tomar la comunidad para reducir el contagio del COVID-19?

- [Vacúnese](#)
- Si usted no se ha vacunado, utilice una mascarilla facial que cubra su nariz y boca cuando se encuentre en lugares públicos y mantenga una distancia mínima de seis pies entre usted y otras personas
- Evite las muchedumbres
- Es más seguro al aire libre que en interiores
- Lávese las manos frecuentemente durante un mínimo de 20 segundos (o utilice sanitizante para manos)
- Al toser o estornudar, hágalo en un pañuelo o en la manga (y no en sus manos)
- Quédese en casa si está enfermo

Ya me vacuné. ¿Qué lineamientos de seguridad debo seguir?

- Uso de mascarillas y distanciamiento físico:
 - Ya no es obligatorio el uso de una mascarilla ni el distanciamiento físico en la mayoría de los entornos. Todas las personas deben utilizar mascarillas en estos entornos: centros de tránsito, transporte público, lugares de trabajo (cuando sea aplicable), escuelas y entornos para jóvenes, entornos del cuidado de la salud (incluyendo instituciones de cuidados a largo plazo), albergues para personas sin hogar, refugios de emergencia, centros de enfriamiento, instituciones correccionales y centros de detención.
 - Tome acciones para [protegerse a sí mismo](#), como limitar el tiempo que pase en lugares públicos concurridos y con personas no vacunadas
 - Siga los lineamientos de los negocios locales y los lugares de trabajo
- Pruebas de COVID-19 y cuarentena:
 - Solamente es necesario que usted se realice una prueba si tiene síntomas de COVID-19
 - No es necesario que se realice una prueba después de exponerse a un caso conocido de COVID-19, a menos de que viva o trabaje en un entorno de grupo, tal como una institución correccional, un centro de detención o un hogar de grupo
- Viajes:
 - [Dentro de los Estados Unidos](#): no es necesario que se realice una prueba antes o después de viajar ni que se ponga en cuarentena después de viajar
 - Viajes fuera de los Estados Unidos: ponga especial atención a la [situación en su destino internacional](#).
 - NO es necesario que usted se realice una prueba **antes** de salir de los Estados Unidos, a menos de que su destino lo requiera.
 - Usted sí tiene que mostrar un [resultado negativo en la prueba](#) o documentar que se ha recuperado del COVID-19 **antes** de abordar un vuelo hacia los Estados Unidos

- Usted deberá realizarse una prueba de 3 a 5 días **después** de su viaje internacional.
- NO es necesario que se ponga en cuarentena **después** de llegar a los Estados Unidos.

[Haga clic aquí para leer los lineamientos completos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(CDC\).](#)

No me he vacunado. ¿Qué lineamientos de seguridad debo seguir?

- Uso de mascarillas y distanciamiento físico:
 - Usted debe seguir utilizando una mascarilla y mantener el distanciamiento físico en la mayoría de los entornos. Haga clic para ver los [lineamientos del CDPH sobre el uso de mascarillas faciales](#)
 - Todas las personas deben utilizar mascarillas en estos entornos: centros de tránsito, transporte público, lugares de trabajo (cuando sea aplicable), escuelas y entornos para jóvenes, entornos del cuidado de la salud (incluyendo instituciones de cuidados a largo plazo), albergues para personas sin hogar, refugios de emergencia, centros de enfriamiento, instituciones correccionales y centros de detención.
 - Tome acciones para [protegerse a sí mismo](#), como limitar el tiempo que pase en lugares públicos concurridos y con personas no vacunadas
 - Siga las lineamientos de los negocios locales y los lugares de trabajo
- Pruebas de COVID-19 y cuarentena:
 - Hágase una prueba si tiene síntomas de COVID-19
 - Si usted ha estado en contacto cercano con alguien que dio positivo para COVID-19, hágase una prueba y [póngase en cuarentena durante 10 días](#).
- Viajes:
 - [Dentro de los Estados Unidos](#): es necesario que se realice una prueba antes o después de viajar y que se ponga en cuarentena después de viajar
 - [Viajes fuera de los Estados Unidos](#): ponga especial atención a la [situación en su destino internacional](#).
 - Es necesario que usted se realice una prueba **antes** de salir de los Estados Unidos
 - Usted sí tiene que mostrar un [resultado negativo en la prueba](#) o documentar que se ha recuperado del COVID-19 **antes** de abordar un vuelo hacia los Estados Unidos
 - Póngase en cuarentena después de llegar a los Estados Unidos y hágase una prueba de tres a cinco días **después** de un viaje internacional

[Haga clic aquí para leer los lineamientos completos de los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades \(CDC\).](#)

¿Puedo visitar a mis seres queridos en un hospital, un asilo de ancianos, una institución de enfermería especializada u otra instalación de cuidados residenciales?

Los hospitales y las instalaciones de cuidados residenciales pueden recibir visitantes con ciertas modificaciones. En general, los hospitales pueden permitir el ingreso de dos visitantes del mismo hogar al mismo tiempo, siempre y cuando cumplan con los [lineamientos para visitantes de hospitales](#). Las instalaciones de cuidados residenciales pueden permitir las visitas al aire libre siguiendo los [lineamientos del estado](#). Las instituciones pueden permitir las visitas en las habitaciones si los residentes están completamente vacunados, siempre y cuando cumplan con [ciertas condiciones](#).

Deporte, Recreación y Ocio

¿Cuáles son los lineamientos del estado para los deportes recreativos de jóvenes y adultos?

Haga clic aquí para leer los lineamientos generales del estado para los deportes recreativos. El CDPH ha autorizado que todos los deportes juveniles se reanuden a partir del 15 de junio y sin requisitos de pruebas de COVID-19 previas a la participación. El oficial de salud local ha hecho una excepción general para las competencias de múltiples equipos en los siguientes deportes en los que generalmente hay competidores individuales de múltiples equipos: atletismo; carreras de campo a través; golf; tenis; y natación/clavados. Se permiten las competencias de estos deportes entre múltiples equipos en el Condado de Contra Costa siguiendo el resto de los lineamientos deportivos del estado.

¿Cuáles son los lineamientos para los eventos deportivos?

Los eventos deportivos con la asistencia de más de 5,000 espectadores (en interiores) o 10,000 espectadores (al aire libre) deben seguir los [lineamientos del estado para los eventos masivos](#).

¿Pueden operar las piscinas, los spas y los jacuzzis/tinas de hidromasaje?

Sí, las piscinas, los spas y los jacuzzis/tinas de hidromasaje pueden operar en interiores y al aire libre sin restricciones por COVID-19, a excepción de los deportes para jóvenes. Los deportes para jóvenes que se lleven a cabo en piscinas deben seguir los protocolos del estado.

Niños y Jóvenes: Cuidado Infantil, Escuelas y Actividades

¿Cuáles son los lineamientos para las escuelas?

El Departamento de Salud Pública de California (CDPH) pronto actualizará sus lineamientos de seguridad de escuelas K-12 para el año escolar 2021-22. Actualizaremos esta lista de preguntas frecuentes cuando tengamos más información disponible.

El [Centro Informativo de las Escuelas Seguras para Todos](#) de California cuenta con información y recursos importantes sobre el COVID-19 y las escuelas.

¿Cuáles son los lineamientos para cohortes de niños y adultos en un entorno controlado y supervisado?

Aunque no es obligatorio, se recomienda que los niños y adultos en entornos de cuidados supervisados permanezcan en grupos pequeños y estables (cohortes) en la medida de lo posible. Los integrantes de cada grupo deben permanecer juntos para todas las actividades, incluyendo comidas y recreación, además de evitar el contacto con cualquier persona que no forme parte de su grupo.

Mantenerse en una estructura de cohortes:

- reduce las oportunidades de exposición y transmisión del virus
- facilita y hace más eficiente el rastreo de contactos si se detecta un caso positivo
- permite realizar pruebas más específicas, poner a la cohorte en cuarentena en caso de ser necesario y aislar a un solo grupo en vez de todo el conjunto de niños y adultos supervisores

[Haga clic aquí para conocer los lineamientos del estado sobre las cohortes.](#)

¿Qué lineamientos de seguridad deben seguir los centros de cuidado infantil, los campamentos y las instituciones educativas y recreativas?

Para promover un entorno seguro y de bajo riesgo para los trabajadores y los clientes, haga clic para ver los siguientes documentos con lineamientos y recursos del estado:

- [Lineamientos Actualizados sobre el COVID-19: Programas y Proveedores de Servicios de Cuidado Infantil](#)
- [Lista de Verificación General sobre el COVID-19 para Programas y Proveedores de Servicios de Cuidado Infantil](#)
- [Lineamientos Provisionales sobre el COVID-19: Campamentos Diurnos](#)
- [Lista de Verificación General de Cal/OSHA sobre el COVID-19 para Campamentos Diurnos](#)
- [Lineamientos para Cohortes Pequeñas/Grupos de Niños y Jóvenes](#)
- [Lineamientos de Deportes para Jóvenes](#)
- [Apoyo para Familias que Trabajan](#)

¿Puede un niño(a) participar al mismo tiempo en más de un entorno de cuidados en persona?

Los lineamientos del estado no limitan el número de entornos de cuidados presenciales en los que un niño(a) puede participar al mismo tiempo (por ejemplo, la escuela presencial y un programa para después de la escuela), pero sí recomiendan que los entornos presenciales mantengan grupos (cohortes) estables. Para reducir el riesgo de exposición y transmisión del COVID-19, se recomienda enfáticamente que los niños participen en el menor número posible de grupos (cohortes) estables.

¿Cómo puedo averiguar si hay brotes de COVID-19 en las instalaciones autorizadas de cuidado infantil?

El Departamento de Servicios Sociales de California proporciona datos semanales sobre los casos de COVID-19 en las instalaciones autorizadas de cuidado infantil en cada condado. Los datos están disponibles en la [División de Certificación de los Servicios de Cuidados Comunitarios](#) de la página web del CDSS. Haga clic en el enlace "Casos Positivos de COVID-19 en las Instalaciones de Cuidado Infantil" bajo el encabezado "Información Adicional".

¿Puedo ofrecer actividades de campamento a más de un grupo de niños por día?

Aunque no es obligatorio, se recomienda que los niños y adultos en entornos de cuidados supervisados permanezcan en grupos pequeños y estables (cohortes) en la medida de lo posible. Los integrantes de cada grupo deben permanecer juntos para todas las actividades, incluyendo comidas y recreación, además de evitar el contacto con cualquier persona que no forme parte de su grupo.

Los grupos no deben estar presentes en las instalaciones al mismo tiempo ni deben interactuar entre sí. Se debe considerar un tiempo suficiente entre cohortes para sanitizar debidamente todas las superficies y tomar las medidas necesarias para controlar la infección.

Los adultos supervisores solamente deben asignarse a una cohorte y únicamente deben trabajar con esa cohorte. Evite cambiar la asignación del personal en la medida de lo posible. Se permite que los proveedores sustitutos cubran las ausencias del personal a corto plazo, pero solamente deberán trabajar con una cohorte de niños al día.

¿Cuáles son los lineamientos para los deportes juveniles?

Haga clic aquí para leer los [lineamientos generales del estado para los deportes recreativos](#). El CDPH ha autorizado que todos los deportes juveniles se reanuden a partir del 15 de junio y sin requisitos de pruebas de COVID-19 previas a la participación. El oficial de salud local ha hecho una excepción general para las competencias de múltiples equipos en los siguientes deportes en los que generalmente hay competidores individuales de múltiples equipos: atletismo; carreras de campo a través; golf; tenis; y natación/clavados. Se permiten las competencias de estos deportes entre múltiples equipos en el Condado de Contra Costa siguiendo el resto de los lineamientos deportivos del estado.

Negocios y Organizaciones

¿Cuáles son los lineamientos de verificación de las vacunas para los negocios, los recintos y los anfitriones?

En los entornos donde solamente se requiera el uso de mascarillas faciales para personas no vacunadas, los negocios, los operadores de recintos y los anfitriones pueden:

- Proporcionar información a todos los clientes, invitados y asistentes sobre los requisitos de vacunación y permitir que las personas vacunadas declaren que cumplen con los requisitos antes de entrar (es decir, el sistema de honor)
- Implementar una verificación de la vacunación para determinar si las personas están obligadas a utilizar una mascarilla.
- Requerir que todas las personas utilicen una mascarilla

Haga clic en los siguientes para obtener más información:

- [Lineamientos del CDPH sobre el Uso de Mascarillas Faciales](#)

- [Lineamientos de los CDC para Personas Completamente Vacunadas](#)
- [Lineamientos de Cal-OSHA para el Lugar de Trabajo](#)

¿Puedo pedir a mis empleados que se queden en casa o que se vayan del lugar de trabajo si tienen síntomas de coronavirus COVID-19 o gripe?

Es importante que los empleados con COVID-19 sepan que deben permanecer en casa. Los empleadores deben pedir a los empleados enfermos que se queden en casa y tener políticas de permisos de ausencia por enfermedad que apoyen dicha medida. Obtenga más información sobre los [programas de gobierno que apoyan los permisos de ausencia por COVID-19](#) y la [compensación del trabajador](#).

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (CDC) han indicado que los empleados que presenten síntomas de una enfermedad similar a la influenza durante una pandemia deben irse del lugar de trabajo. Si un empleado tiene fiebre y tos, puede ser difícil distinguir entre el COVID-19 y la influenza. Para mayor seguridad, es recomendable que una persona enferma con fiebre y tos permanezca en casa durante 10 días a partir de la fecha de inicio de los síntomas y hasta que haya estado sin fiebre durante un mínimo de 72 horas sin el uso de medicamentos para reducir la fiebre y hayan mejorado otros síntomas, cualquiera que sea el periodo más largo. [Este recurso](#) puede ser útil para su personal. Haga clic aquí para obtener más información sobre [cómo hacerse una prueba de COVID-19](#).

La Comisión de Empleo en Igualdad de Oportunidades (EEOC) confirmó que está permitido pedir a los empleados que se vayan a casa y que no se considera que esto esté relacionado con una discapacidad si los síntomas son similares a los del coronavirus COVID-19 o la gripe. [Haga clic aquí para obtener más información](#).

Transporte y Viajes

¿Qué lineamientos de seguridad aplican a los viajes?

El CDPH y los CDC recomiendan posponer los viajes hasta que las personas estén [completamente vacunadas](#), ya que los viajes aumentan la posibilidad de contraer y propagar el COVID-19. [El Departamento de Salud Pública de California \(CDPH\) tiene los siguientes lineamientos](#):

- Todos los viajeros que lleguen o regresen a California desde otros estados o países deben seguir los [lineamientos de viaje de los CDC](#).
- Todos los viajeros que den positivo o tengan [síntomas de COVID-19](#) deben [aislarse](#) y seguir las [recomendaciones de salud pública](#).

Es menos probable que los viajeros completamente vacunados contraigan y propaguen el COVID-19, por lo que pueden viajar con seguridad dentro de los Estados Unidos y California. Aún así, deben seguir los [lineamientos de viaje de los CDC](#), pero no es obligatorio que se realicen pruebas ni se pongan en cuarentena después de viajar, a menos de que tengan síntomas relacionados con la enfermedad del COVID-19.

Cumplimiento de las Ordenes

¿Pueden recibir una citación o multa los negocios o las personas que no cumplan con las órdenes de salud?

Para reducir los contagios de COVID-19 en nuestra comunidad, es importante que los negocios y las personas sigan las [órdenes de salud](#), incluyendo el distanciamiento social y el uso de mascarillas faciales por parte de personas no vacunadas. El público debe cumplir con las órdenes de salud del [condado](#) y del [estado](#). En caso de que las restricciones de las dos órdenes sean distintas, es necesario cumplir con la orden más estricta. La Junta de Supervisores del Condado de Contra Costa aprobó la [Ordenanza No. 2020-21](#), la cual permite emitir advertencias, citaciones y multas a los negocios y personas que no cumplan con las órdenes de salud del COVID-19. Las multas para los negocios comienzan en \$250 para la primera infracción y aumentan para las siguientes infracciones. En el caso de las personas, las multas van desde \$100 para la primera infracción y aumentan para las siguientes infracciones. [Haga click aquí para obtener más información.](#)

¿Debo avisar a las autoridades o a las agencias encargadas del cumplimiento de la ley si veo que alguien no sigue las órdenes de salud?

Usted puede hacerlo, pero tenga en cuenta que el objetivo de las órdenes de salud no es meter en problemas a la gente. Ponga el ejemplo y siga las órdenes mientras anima a los demás a seguirlas también. Nuestros colaboradores encargados del cumplimiento de la ley dicen que su objetivo es educar y hacer cumplir la ley, no encarcelar. De ser necesario, cualquier inquietud sobre posibles violaciones de las órdenes de salud puede reportarse en línea en www.cocosherriff.org. Por favor no llame al 911 a menos de que vaya a reportar una emergencia.

Nota: Estas preguntas y respuestas frecuentes se seguirán actualizando. Vuelva a consultarlas para ver las actualizaciones y aclaraciones.

Para obtener más información y actualizaciones, visítenos en cchealth.org/coronavirus.