

Orden de Distanciamiento Social

Preguntas frecuentes

Actualizado 8/10/20

Orden de Salud Explicada

¿Qué autoridad legal tiene el oficial de salud para emitir las órdenes de salud?

La autoridad legal para las órdenes del Oficial de Salud del Condado que abordan la pandemia COVID-19 se encuentra en el Código de Salud y Seguridad de California, que otorga amplios poderes al Oficial de Salud para proteger la salud pública durante emergencias locales y prevenir la propagación de enfermedades contagiosas. Los estatutos incluyen las secciones 101040 y 120175 del Código de Salud y Seguridad. Como acciones tomadas bajo esta autoridad estatutaria, las órdenes del Oficial de Salud son medidas tomadas para preservar la salud pública, que es un ejercicio del poder policial contenido en la Constitución de California.

¿Cuáles son las novedades de la actualización de la orden de salud de Distanciamiento Social del 11 de julio?

En el Condado de Contra Costa se está observando un aumento significativo de la transmisión comunitaria y la enfermedad de COVID-19. La orden de salud impone restricciones adicionales a ciertos negocios y actividades que habían sido habilitados para operar debido al alto riesgo de transmisión de la enfermedad.

- **Restaurantes y otros centros de comida:** Se impone el requisito de usar cubiertas faciales en los establecimientos habilitados para comer al aire libre únicamente. Los lugares para comer en el interior están prohibidos. (Consulte la orden de salud de cubiertas faciales y Apéndice C-1)
- **Proveedores de servicios religiosos y ceremonias culturales:** Los servicios religiosos y las ceremonias culturales en espacios cerrados están prohibidas. Los servicios religiosos y ceremonias culturales al air libre están permitidas de acuerdo con lo establecido en la guía aplicable del Estado.
- **Protestas:** Las protestas en espacios cerrados están prohibidas. Las protestas al aire libre están permitidas de conformidad con lo establecido en la guía aplicable del Estado.
- **Reuniones de burbujas sociales:** Las personas mayores de 2 años deben usar cubiertas faciales, salvo para comer y beber, y todas las reuniones deben realizarse al aire libre.

¿Cuándo entra en vigencia esta Orden? ¿Cuándo termina?

Esta orden entró en vigencia a las 11:59 p.m. del 12 de julio de 2020, y seguirá en vigencia hasta que el Oficial de Salud la prorrogue, rescinda, reemplace o modifique por escrito.

¿Por qué no permiten la apertura de más negocios y que se retomen más actividades?

Los indicadores de datos muestran que el COVID-19 se ha extendido a toda la comunidad.

Cuando el Condado de Contra Costa recibió autorización (variante) del Departamento de Salud Pública de California en junio para permitir la reapertura de algunos negocios y actividades, el plan enviado indicaba que, si se llegaba a una tasa de resultados positivos del 8%, la reapertura de actividades en el condado se sometería a revisión y reconsideración. Debido al marcado aumento en el porcentaje de pruebas de COVID-19 con resultado positivo en la comunidad, se modificó la orden de salud de distanciamiento social para profundizar los requisitos de uso de cubierta facial y prohibir las reuniones en lugares cerrados cuando exista riesgo elevado de transmisión del virus.

¿Es esto una obligación o es solo una guía?

Es una obligación. Esta Orden es una Orden Legal emitida bajo la autoridad de la Ley de California. Usted debe de cumplir y es un crimen (delito menor) no obedecer la Orden. La mayoría de las personas y los negocios quieren hacer lo correcto para su comunidad y los Servicios de Salud del Condado de Contra Costa están enfocados en brindar educación de salud pública. Pero existen algunos casos excepcionales en los que las autoridades policiales deben actuar para garantizar que se estén cumpliendo las órdenes de seguridad pública, en especial con los negocios. La Junta de Supervisores del Condado de Contra Costa aprobó la Ordenanza Nro. 2020-21 que permite emitir advertencias, citaciones y, en caso de reiterar la infracción, multas contra los negocios y las personas que no cumplan con las órdenes de salud de COVID-19. Las multas para negocios van desde \$250 para la primera infracción y aumentan con las reiteradas infracciones. En cambio, para las personas, las multas arrancan en \$100 y van aumentando con las reiteradas infracciones. Haga clic aquí para obtener más información.

Yo trabajo para un negocio que tiene permitido operar en virtud de la nueva Orden. ¿Debo tener una carta de mi empleador u otra documentación para viajar?

No. Usted no necesita llevar documentación oficial (y el Condado no emite eso) demostrando que trabaja para un negocio que tiene permitido operar según lo definido por la nueva Orden.

He escuchado que a nivel estatal hay una orden de salud. ¿Tengo que cumplir con la Orden del Condado de Contra Costa?

Para protegernos a todos, el Condado y el Estado han aprobado una serie de órdenes de salud. En la mayoría de los casos, las órdenes son las mismas; sin embargo, el Condado de Contra Costa ha aprobado normas más estrictas en determinados casos para enfrentar algunos de los desafíos particulares de nuestro condado. En los pocos casos en que las restricciones difieren, se deberán seguir las normas más estrictas. Por ejemplo: Salones de uñas: si bien el Estado permite que funcionen algunos servicios de cuidados personales (como salones de uñas y depilación con cera) con protocolos muy estrictos, la orden del Condado que impone restricciones más estrictas no permite el funcionamiento de estos servicios y, por lo tanto, prevalece sobre la orden del Estado. Para que sea más fácil saber qué está abierto y qué está cerrado, haga clic para ver la lista con el Resumen de las aperturas en el Condado de Contra Costa.

¿Qué es “Distanciamiento Social”?

El distanciamiento social es un conjunto de acciones tomadas para detener o retrasar la propagación de una enfermedad como COVID-19. Incluye:

- Mantener al menos seis pies de separación de otras personas que no están en su hogar
- Lavarse las manos con frecuencia durante al menos 20 segundos cada vez (o usar desinfectante para manos)
- Toser o estornudar en un pañuelo de papel o en la manga (no en las manos)
- Usar una cubierta facial que cubra tanto su boca como la nariz cuando esté en público, (según [La Orden de Salud No. HO-COVID19-08](#))
- Quedarse en casa si está enfermo

¿Qué está abierto? / ¿Qué está cerrado?

¿Qué negocios y actividades están permitidas?*

- Funciones gubernamentales esenciales continuaran, incluyendo primeros auxilios, manejo del personal de emergencia, operador de emergencia y funcionarios policiales. Otras funciones gubernamentales u oficinas pueden ser sujetas a un horario reducido o pueden estar cerradas
- Basura/servicios sanitarios
- Transporte Público (incluyendo Muni, BART, Caltrain)
- Utilidades (agua, electricidad y gas)
- Gasolineras
- Centros de salud
- Farmacias y tiendas de suministros médicos
- Servicios dentales
- Comida: tienda de comestibles, supermercados, mercados certificados de agricultores, puestos de productos de verduras, bancos de comida, tiendas de conveniencia, comida de restaurante para llevar y de entrega a domicilio, entidades que proveen comida gratis o a precios reducidos
- Instituciones financieras: bancos y cooperativas de crédito, servicios de remesas de dinero, servicios financieros en las casas de empeño, servicios de cobro de cheques, prestamistas de dinero
- Tiendas de bicicletas
- Taller de reparación de autos
- Organizaciones al beneficio de la comunidad según cada caso
- Lavanderías, tintorerías, y servicios de lavado y secado
- Funerarias, morgues, cementerios y crematorios
- Periódicos, televisión, radio, y otros medios de comunicación
- Servicios de comida de entrega a domicilio
- Clínicas de veterinaria e instalaciones de cuidado de animales

- Unidades de auto almacenaje o mini bodegas para acceso medico u otras necesidades esenciales solamente
- Establecimientos de cuidado de niños (como también campos de verano, campamentos de día, y otras instituciones educacionales o recreativas) ofreciendo cuidado y supervisión a niños de todas las edades
- Algunas instalaciones públicas recreacionales, como pistas de patinaje, canchas de tenis, canchas de pickleball (sólo partidos individuales), campos de golf (no se permite compartir el carrito de golf), campos deportivos y campos de tiro y tiro al arco
- Negocios al aire libre, como viveros de planta, operaciones agrícolas y diseño de jardinería y servicios de jardín
- Construcción, siguiendo el Protocolo de la Seguridad de Construcción listado en los [Apéndices B-1](#) y [B-2 actualizadas al 11 de julio](#), incluyendo remodelación de casas
- Bienes raíces
- Tienda minorista, que incluye recogida en la acera / exterior, venta minorista en interiores, y salas de intercambio
- Centros comerciales (con retiro de productos al aire libre únicamente)
- Negocios de la cadena de suministro minorista
- Tiendas minoristas solo para retirar en la acera o de otra manera en exteriores, según lo indicado en el [Apéndice C-1](#)
- Empresas manufactureras que tienen permitido operar en virtud de la Guía de Resiliencia Pandémica (Resilience Roadmap) estatal (<https://covid19.ca.gov/roadmap-es/>)
- Instalaciones de logística y depósito que tienen permitido operar en virtud de la Guía de Resiliencia Pandémica (Resilience Roadmap) estatal (<https://covid19.ca.gov/roadmap-es/>)
- Empresas que ofrecen servicios limitados que no requieren contacto cercano con el cliente, incluidos lavados de autos, peluqueros y paseadores de perros
- Empresas que brindan servicios dentro de residencias e instalaciones comunitarias donde se puede mantener el distanciamiento social, como servicios de limpieza residencial y de limpieza, servicios de calefacción, ventilación y aire acondicionado, reparadores de electrodomésticos, electricistas, plomeros, otros comerciantes mecánicos y contratistas generales
- Oficinas de sectores de infraestructura crítica únicamente (se recomienda el teletrabajo)
- Museos al aire libre y otros espacios de exhibición al aire libre
- Bibliotecas, con servicio de entrega y retiro en recepción
- Educación superior (aprendizaje a distancia únicamente)
- Escuelas (aprendizaje a distancia únicamente)
- Peluquerías y barberías (solo al aire libre)
- Hoteles (no para turismo o viaje individual)
- Teatros de autoservicio
- Lugares de culto y proveedores de servicios religiosos y ceremonias culturales (Las reuniones, servicios y ceremonias al aire libre deben seguir la guía del estado. Las reuniones, servicios y ceremonias en lugares cerrados están prohibidas)
- Comedor al aire libre
- Piscinas al aire libre
- Campamentos

- Parques para perros
- Áreas de picnic y barbacoa
- Vehículos recreativos del parque
- Instalaciones recreativas al aire libre

**Esta es una lista parcial*

¿Qué negocios o actividades no están permitidas?

- Bares, cervecerías, fábricas de cerveza y pubs, salvo que ofrezcan mesas para comer al aire libre
- Servicio de comida en espacios interiores
- Educación superior (presencial)
- Gimnasios y lugares de ejercicio
- Jacuzzis y spas públicos en espacios cerrados o al aire libre
- Actividades de relajamiento en el interior (salas de juego, billares, pistas de bolos, cines, etc.)
- Museos interiores
- Hoteles (para turismo y viajes individuales)
- Salones de uñas
- Artes de curación no esenciales (masajes, etc.)
- Servicios personales (entrenamiento personal, salones de tatuajes, maquillaje permanente, perforación corporal)
- Eventos públicos y reuniones (clubes nocturnos, centros de convenciones, conciertos, eventos deportivos con público, etc.)
- Deportes en equipo con fines recreativos
- Parques temáticos y festivales
- Oficinas de sectores de infraestructura no crítica

** Esta es una lista parcial*

¿Qué actividades desarrolladas en espacios interiores están cerradas en todo el estado?

A partir del 13 de julio de 2020, todos los condados deben cerrar sus operaciones en espacios interiores en los siguientes sectores:

- Restaurantes con servicio de comida en el local
- Los bares, cervecerías, fábricas de cerveza y pubs deberán cerrar sus operaciones tanto en espacios interiores como al aire libre, salvo que ofrezcan mesas para comer al aire libre
- Bodegas de vinos y salas de degustación (aire libre)
- Cines
- Centros de entretenimiento familiar (pistas de bolos, minigolf, jaulas de bateo, salas de juegos, etc.)
- Zoológicos y museos
- Salas de cartas

¿Qué otros negocios están cerrados por Orden del Estado en el Condado de Contra Costa?

A partir del 13 de julio de 2020, los condados que permanezcan en la [Lista de Vigilancia de Condados](#) durante 3 días consecutivos deberán cerrar ciertas industrias, salvo que puedan realizar modificaciones que les permitan operar al aire libre o mediante el retiro de productos. Los cierres deberán cumplirse durante un mínimo de tres semanas y podrán extenderse de acuerdo con los indicadores epidemiológicos.

- Gimnasios y centros de *fitness*
- Reuniones en espacios interiores (servicios de culto, protestas, etc.)
- Oficinas para sectores no esenciales
- Servicios de cuidado personal (salón de uñas, depilación corporal con cera, salones de tatuajes, maquillajes permanentes, perforaciones corporales, etc.)
- Peluquerías y barberías
- Centros comerciales

Actividades diarias

¿Puedo salir de casa para visitar amigos o familiares en otros hogares o viviendas?

Si. Las reuniones familiares o con amigos están permitidas, pero deben hacerse al aire libre y todos los participantes mayores de 2 años deben usar cubierta facial. Estas reuniones solo pueden incluir “burbujas sociales”, es decir, un grupo estable de hasta 12 personas que se dediquen a actividades típicas de los miembros del mismo hogar, como compartir el viaje en automóvil, transportar niños, cuidado de niños, recreación familiar y servicios religiosos. Se recomienda encarecidamente a los participantes que mantengan el distanciamiento social, que se cubran la cara, que cubran la tos y los estornudos, que se laven las manos frecuentemente y que se queden en casa si están enfermos.

¿Puedo salir de casa para hacer ejercicio?

Sí, si su ejercicio es al aire libre y no está en contacto cercano con otras personas. De otra manera no. Los gimnasios de *fitness* y ejercicio no tienen permitido operar. Puede salir a caminar, ir al parque y participar en otras actividades similares, pero debe mantener la distancia social (es decir, estar a más de seis pies de distancia de las personas que no son parte de su hogar) cuando camina y en los parques para evitar la propagación del virus. Use una cubierta facial cuando no pueda mantener una distancia de al menos 6 pies de otras personas fuera de su hogar.

¿Se pueden usar áreas comunes en edificios de apartamentos?

Se pueden usar espacios recreativos comunes compartidos con otros en el edificio o complejo de apartamentos, como piscinas, parrillas, áreas de picnic. Se debe permitir que los residentes de los apartamentos accedan a las instalaciones que se requieren para las necesidades de limpieza y saneamiento del hogar. Los propietarios de edificios de apartamentos deben mejorar la limpieza de las superficies de alto contacto en estas áreas, y los residentes deben cumplir con todos los requisitos de la Orden de distanciamiento social, incluyendo: mantener al menos seis pies de separación de otras personas que no son parte de su propio hogar; lavarse las manos con frecuencia durante al menos 20 segundos cada vez (o usar desinfectante para manos); toser o estornudar en un pañuelo de papel o

manga (no sus manos); cubriéndose las cara cuando está en público, de acuerdo a [HO-COVID19-22](#) y evitando usar la instalación compartida si están enfermos.

¿Puedo comprar artículos de tiendas minoristas?

Sí. Las tiendas minoristas, incluida la recogida en la acera / exterior, las tiendas minoristas en interiores, y los mercados de intercambio, pueden operar. A partir del 13 de julio, los centros comerciales cerrados no podrán abrir sus puertas en nuestro condado por orden del estado, pero podrán operar al aire libre mediante el retiro de productos. Se recomienda comprar artículos en línea o por teléfono para recogerlos o entregarlos al aire libre. Mientras están en público, se alienta a las personas a mantenerse a seis pies de distancia de los demás, lavarse las manos con frecuencia, cubrirse la cara (según [HO-COVID19-22](#)), cubrirse cuando tosa o estornude, y quedarse en casa si están enfermas.

¿Debo almacenar y abastecerme de comida, necesidades como papel higiénico y medicamentos?

No. Usted continuará comprando estos artículos. Las tiendas que venden estos bienes necesarios, como supermercados, farmacias y ferreterías, permanecerán abiertas. Por favor, continúe comprando cantidades normales de estos bienes de la misma manera que lo ha hecho siempre. Esto garantiza que haya suficiente para todos.

¿Qué pasa si no puedo salir de casa? ¿Cómo puedo obtener productos y comida?

Por favor, contacte a amigos, familiares y otros conocidos que le podrían ofrecer ayuda. Usted puede ordenar comida y otros productos pueden ser entregados a domicilio. Si cree que puede ser elegible para recibir Comidas a Domicilio (Meals on Wheels), llame al 925-313-6310 para obtener más información.

¿Puedo salir de casa para ir a un lugar de culto?

Los lugares de culto pueden celebrar servicios religiosos y ceremonias culturales presenciales únicamente al aire libre y de acuerdo con lo establecido en [la guía emitida por el Estado de California](#). De ser posible, recomendamos a los organizadores llevar un registro de asistencia para ayudar a los Servicios de Salud de Contra Costa en el rastreo o [seguimiento de contactos](#) en caso de que un participante obtenga un resultado positivo en la prueba de COVID-19. Los Servicios de Salud de Contra Costa pueden ayudar a proteger a las personas que podrían haber estado expuestas controlando los síntomas y ofreciendo pruebas sin cargo y acceso a la atención médica.

¿Se pueden realizar funerales y visitas?

Los funerales solo pueden realizarse al aire libre, cumpliendo con los requisitos de distanciamiento social. Las visitas pueden realizarse en espacios interiores mediante citas, una persona o una familia a la vez.

¿Puedo ir a un bar, a un club nocturno o al teatro?

No. Los negocios de ocio en interiores (museos, salas de juego, billar, etc.) y lugares de reunión más grandes (discotecas, convenciones, conciertos y deportes en vivo) no pueden operar en este momento. Los bares, cervecerías, fábricas de cerveza y pubs deberán cerrar sus operaciones en todo el estado,

tanto en espacios interiores como al aire libre, salvo que ofrezcan mesas para comer al aire. Solo se puede vender alcohol en la misma operación que una comida.

¿Puedo ir a un restaurante, café o salón de té, tienda de helados, u otros lugares de servicios de comida?

Los lugares de servicio de alimentos pueden estar abiertos para comidas al aire libre, comida para llevar o entrega. No se permite comer en el interior en este momento.

¿Cómo puedo tener acceso a comida gratis o a precios reducidos para mí o mi familia?

Se incentiva que las escuelas, comedor de beneficencia, bancos de comida y otras agencias que proveen comida gratis o a precios reducidos o comida al público continúen dando estos servicios. Usted debe recoger y llevarse la comida o que se la lleven a domicilio. No coma en el lugar.

¿Puedo llevar conmigo una orden de la corte de visita a mis hijos?

Sí. La Orden exige los viajes por una orden judicial o para cumplimiento de la ley.

¿Puedo ir a corte o de visita a cárceles?

Para prevenir la propagación del COVID-19 dentro de las instalaciones de detención en el Condado de Contra Costa, la Oficina del Sheriff ha temporalmente cancelado todas las visitas profesionales, oficiales y sociales en Martinez, West County, y las Instalaciones de Detención de Marsh Creek. Sin embargo, las visitas de abogados continuarán solamente con acceso a visitas de salas sin contacto alguno. Esta cancelación será reevaluada conforme las condiciones cambien.

¿Puedo participar en grandes reuniones?

No existe límite respecto de la cantidad de personas que pueden reunirse al aire libre en ceremonias religiosas o culturales, o protestas sociales, siempre que cumplan con las pautas de distanciamiento social (mantener la distancia física, usar cubiertas faciales, etc.). Las reuniones con otros fines están limitadas a burbujas sociales de hasta 12 personas. Todas las reuniones deben ser externas y, cuando sea posible, recomendamos que los anfitriones mantengan un registro de asistencia. Si un participante da positivo para COVID-19, se le pedirá al anfitrión que ayude a CCHS con el rastreo de contactos asociado con la reunión. Los Servicios de Salud de Contra Costa pueden ayudar a proteger a las personas que podrían haber estado expuestas controlando los síntomas y ofreciendo pruebas sin cargo y acceso a la atención médica.

Deporte y recreación

¿Puedo salir de casa para hacer ejercicio?

Si. Pasar tiempo al aire libre mejora el estado de ánimo y el bienestar y es particularmente beneficioso para los niños. Puede salir a caminar, andar en bicicleta, ir al parque y disfrutar de otras actividades al aire libre. Mientras están en público, se alienta a las personas a mantenerse a seis pies de distancia de los demás, lavarse las manos con frecuencia, cubrirse la cara (según [HO-COVID19-22](#)), cubra la tos y los estornudos y quédese en casa si está enfermo. Los operadores de parques, playas y otros espacios

abiertos pueden restringir la entrada, cerrar ciertas áreas o cerrar toda la instalación si el Oficial de Salud ordena esas medidas para reducir el hacinamiento y limitar el riesgo de exposición al COVID-19.

¿Cuáles son los deportes y actividades recreacionales que están permitidas?

Las actividades al aire libre en las cuales la gente pueda mantener seis pies de distancia de las otras personas están permitidas. Algunos ejemplos son:

- Golf (las personas no deben compartir sus carritos de golf)
- Tenis (solos, no dobles)
- Pickleball (individual, no dobles)
- Pistas de patinaje
- Piscinas al aire libre
- *Camping*
- Campos de tiro y tiro con arco

¿Cuáles son los deportes y las actividades recreacionales que NO están permitidas?

Las actividades con equipo que mucha gente toca o que promueve agrupaciones son consideradas de alto riesgo por ahora. Algunos ejemplos incluyen:

- Deportes en equipo con fines recreativos (béisbol, básquetbol, fútbol, fútbol americano, etc.)
- Gimnasios cerrados y centros de *fitness*
- Personal training
- Parques infantiles

¿Pueden abrir los jacuzzis o spas públicos?

Los jacuzzis y spas públicos están cerrados. Los jacuzzis y spas públicos incluyen a aquellos que se encuentran en clubes deportivos, hoteles, moteles, parques de casas rodantes, instalaciones municipales, comunidades de propietarios, apartamentos, condominios y escuelas de natación.

¿En qué casos se requiere vigilancia para cumplir el distanciamiento social en piscinas al aire libre?

Las piscinas al aire libre solo requieren vigilancia cuando hay miembros de distintos hogares que usan la piscina al mismo tiempo. NO es necesario contar con vigilancia si hay una única persona en la piscina, o si hay más de una persona, pero todas ellas pertenecen al mismo hogar.

¿Puedo usar áreas de picnic y barbacoa?

Si. Las áreas de picnic y barbacoa se pueden usar en las siguientes condiciones:

1. Las áreas de picnic y de barbacoa solo pueden ser utilizadas por hogares o unidades de vivienda.
2. Cada mesa de picnic puede estar ocupada por un solo hogar o unidad de vivienda a la vez
3. Cada asador o parrilla solo puede ser utilizada por la unidad de hogar o vivienda a la vez
4. Cada miembro de un hogar o unidad de vivienda debe mantener al menos seis pies de separación de todos los miembros de otros hogares o unidades de vivienda en el área. Para

mayor claridad, los miembros del mismo hogar o unidad de vivienda no necesitan estar a seis pies de distancia el uno del otro

¿Puedo llevar a mis niños al área de juegos de niños en el parque?

En este momento, el estado no permite la apertura de las áreas de juego en los parques. Usted puede llevar a sus niños al parque u otras áreas a correr al aire libre, o llevar su propio equipo de deporte siempre y cuando sea usado solo por los miembros de su hogar y no compartido con otros.

Niños y Jóvenes: Atención infantil, escuelas y actividades

¿Las escuelas K-12 pueden abrir para dar clases presenciales?

La guía del Estado para la reapertura de escuelas indica que los campus de escuelas K-12 del Condado de Contra Costa abrirán a partir del año lectivo próximo únicamente con aprendizaje a distancia. Las escuelas tienen la opción de reabrir para dar clases presenciales una vez que el condado ya no figura en la lista de condados monitoreados por COVID-19 del Departamento de Salud Pública de California durante como mínimo 14 días.

¿Las escuelas pueden tomar exámenes presenciales individuales?

Sí, los estudiantes pueden rendir exámenes y evaluaciones presenciales, siempre que cumplan con todas las disposiciones de las órdenes de salud del Condado de Contra Costa, como usar mascarillas o cubiertas faciales y mantener una distancia social de seis pies (1.8 m) de las demás personas.

¿Las escuelas pueden tomar exámenes SAT presenciales en grupos pequeños o vainas?

Sí, los estudiantes pueden rendir exámenes y evaluaciones presenciales en grupos pequeños o vainas para las pruebas SAT o pruebas similares. Deben cumplir con todas las disposiciones de las órdenes de salud del Condado de Contra Costa, como usar mascarillas o cubiertas faciales y mantener una distancia social de seis pies (1.8 m) de las demás personas.

¿Cómo funciona el proceso para pedir una exención para el dictado de clases presenciales en escuelas primarias?

[Las reglamentaciones del Estado](#) permiten a las escuelas primarias del Condado de Contra Costa solicitar una exención para dictar clases presenciales. **Sin embargo, Los Servicios de Salud de Contra Costa (CCHS) no aceptarán las solicitudes de exención para escuelas primarias.** Monitorearemos atentamente la situación de COVID en Contra Costa y lo que dicen los expertos acerca de la transmisión de COVID en niños para determinar en qué momento es más seguro retomar la educación presencial limitada en las escuelas primarias. Hasta que no logremos disminuir o estabilizar las tasas de casos diarios, el porcentaje de casos positivos y la cantidad de hospitalizaciones en nuestro condado durante por lo menos 2 semanas, no analizaremos ninguna solicitud de exención. Mantendremos informada a la Oficina de Educación del Condado y a nuestros socios educativos de las novedades acerca de cuándo las escuelas locales pueden comenzar a presentar las solicitudes de exención.

Una vez que las cosas se estabilicen, las escuelas podrán presentar una solicitud y deberán demostrar que:

- La escuela tiene un plan para realizar pruebas de detección y control a su personal (como mínimo al 25% del personal cada 2 semanas /100% del personal cada dos meses) y que ha cerrado un acuerdo con un laboratorio que tiene capacidad para entregar los resultados de las pruebas dentro de las 72 horas.
- La escuela también debe contar con personal específico capacitado en métodos de rastreo de contactos y deberá comprometerse a asistir a CCHS para recolectar la información sobre rastreo de contacto.
- La escuela cumple con los [criterios adicionales](#) establecidos por el Departamento de Salud Pública de California.

¿Qué hago con mis hijos? Debo trabajar.

Los establecimientos de cuidado infantil, campamentos e instituciones recreativas brindan cuidados infantiles o supervisión a todos los niños. Los niños pueden estar en un grupo organizado por vez. Estos establecimientos pueden operar, siempre que:

1. Los niños estén en grupos estables de 12 o menos (“estable” significa que los mismos 12 niños o menos siguen en el mismo grupo todos los días)
2. Los niños no cambien de un grupo a otro
3. Si existen distintos grupos de niños en un mismo centro, permanezcan en salones separados y no se mezclen
4. Los proveedores o educadores estén siempre con el mismo grupo. Haga clic aquí para ver la [Guía de cuidado infantil modificado durante la pandemia de COVID-19](#).
5. Si los niños participan en actividades deportivas, se debe cumplir con la guía para deportes juveniles del Estado.

También puede contratar a una niñera para que cuide a su hijo en su casa.

¿Los centros de cuidado infantil pueden funcionar?

Sí, los establecimientos de cuidado infantil (como los campamentos y otros institutos educativos y recreativos) pueden abrir sus puertas para brindar atención o supervisión a todos los niños. Haga clic aquí para ver la [Guía de cuidado infantil modificado durante la pandemia de COVID-19](#). Los centros de cuidado infantil deben cumplir con las siguientes condiciones obligatorias que se establecen en la Orden, en la medida de lo posible:

1. Los niños deben mantenerse 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 existen distintos grupos de niños en un mismo centro, deben permanecer en salones separados y no mezclarse
4. Los proveedores o educadores deben estar siempre con el mismo grupo. Haga clic aquí para ver la [Guía de cuidado infantil modificado durante la pandemia de COVID-19](#).

5. Si los niños participan en actividades deportivas, se debe cumplir con la guía para deportes juveniles del Estado.

¿Se permite contratar a proveedores de cuidado infantiles para que cuiden a los niños en casa?

Los proveedores de cuidado infantil pueden seguir brindando servicios en la casa del niño.

¿Cómo puedo enterarme de los brotes de COVID-19 en centros de cuidado infantil con licencia?

El Departamento de Servicios Sociales de California informa semanalmente los datos sobre COVID-19 relacionados con los centros de cuidado infantil con licencia de cada condado. Los datos están disponibles en la página web del [CDSS en la División de Licencias para el Cuidado en la Comunidad](#). Haga clic en “COVID-19 Positive Cases in Child Care Facilities” (Casos positivos de COVID-19 en Centros de Cuidado Infantil) debajo del encabezado “Additional Resources” (Recursos Adicionales).

¿Se permite operar los campamentos?

Los campamentos pueden funcionar, pero deben seguir una guía específica. Los niños solo pueden participar en un campamento a la vez, pero los niños en el mismo hogar pueden ser parte de campamentos separados y apropiados para su edad. Los campamentos deben seguir nuestra guía para otros tipos de entornos de cuidado infantil. Recomendamos que los niños estén en el mismo campamento (con la misma cohorte fija de 12 niños o menos) durante al menos tres semanas seguidas, y no cambien de campamento todas las semanas. Haga clic para ver la [Guía de cuidado infantil modificado durante la pandemia de COVID-19](#) y [la guía para deportes juveniles del Estado](#).

¿Qué constituye un campamento? ¿Qué actividades puede incluir un campamento?

Se puede proporcionar casi cualquier actividad en forma de campamento siempre que:

- Se llevan a cabo en grupos estables de 12 o menos niños ("estable" significa que los mismos 12 niños o menos están en el mismo grupo cada día)
- Los niños no cambian de un grupo a otro
- Si hay más de un grupo de niños en una instalación, cada grupo estará en una habitación separada y los grupos no se mezclarán entre sí
- Los proveedores o educadores deben permanecer con un grupo de niños
- Si los niños participan en actividades deportivas, se debe cumplir con la guía para deportes juveniles del Estado

¿Pueden los niños participar en más de un campamento al mismo tiempo?

No. Los niños solo pueden participar en un campamento a la vez. Por ejemplo, un niño puede participar en un campamento de fútbol durante tres semanas, luego en un campamento de natación cuando el campamento de fútbol haya finalizado. Los niños en el mismo hogar pueden ser parte de campamentos separados y apropiados para su edad.

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

Sí, pero solo si los instructores / consejeros del campamento que trabajan cerca de los niños permanecen únicamente con un grupo de niños y no trabajan con varios grupos durante el día o la semana. Cada campamento debe constar de 12 niños o menos en grupos estables. Los grupos no

pueden estar en las instalaciones al mismo tiempo o interactuar entre sí de ninguna manera. Además, debe haber suficiente tiempo entre cohortes para desinfectar adecuadamente todas las superficies y mantener medidas adecuadas de control de infecciones. Si los niños participan en actividades deportivas, se debe cumplir con la guía para deportes juveniles del Estado.

¿Cuáles son las pautas para los deportes juveniles?

Cuanto más cerca interactúe una persona con otra y más larga sea esa interacción, mayor es el riesgo de contagio. Todos, incluso los más jóvenes, pueden transmitir el virus sin siquiera saber que están infectados. Por eso, el Estado de California ha emitido una guía para deportes juveniles:

- Todos los que participen de deportes juveniles deben mantener una distancia social de 6 pies (1.8 m) **en todo momento**. Esto significa que los deportes tradicionales no están permitidos. Por ejemplo, no se puede jugar al béisbol, ya que el bateador y el receptor están a menos de seis pies de distancia, y el corredor llega a la primera base y se queda parado a menos de 6 pies del jugador de la primera base.
- Si no se puede jugar manteniendo los 6 pies de distancia **en todo momento**, los participantes deberán limitarse a ejercicios para correr o actividades de entrenamiento que sí permitan respetar la distancia social.
- Los centros de fitness y gimnasios del Condado de Contra Costa no están abiertos, por lo tanto, todas las actividades deben realizarse al aire libre.
- Los torneos, eventos o competencias no están permitidos en este momento, independientemente de que los equipos sean de la misma escuela, condado o estado, o de distintas escuelas, condados o estados.

Haga clic aquí para ver el documento completo [la Guía de deportes juveniles del Estado de California](#).

¿Cuál es la diferencia entre campamentos y guarderías?

A los efectos de esta orden, los campamentos y la guardería son muy similares. Ambos deben seguir las Directrices para el cuidado infantil modificado durante la pandemia de COVID-19. El cuidado de niños generalmente se refiere al cuidado fuera del hogar de un niño en un lugar constante por un período de tiempo indefinido. Los campamentos generalmente ofrecen actividades recreativas y deportivas para niños durante las vacaciones de verano u otras duraciones más cortas. Sin embargo, la orden sugiere fuertemente que los campamentos consisten en la misma cohorte de 12 niños durante al menos tres semanas. Es posible que los niños no estén en un campamento al mismo tiempo que se encuentran en un entorno de cuidado de niños separado (es decir, solo pueden estar en un grupo organizado a la vez). Si los niños participan en actividades deportivas, se debe cumplir con la guía para deportes juveniles del Estado.

Mascotas

¿Puedo sacar a caminar a mi perro?

Sí. Asegúrese de mantener la distancia de por lo menos seis pies de las otras personas que no forman parte de su hogar. También tenga en cuenta que los Centros para el Control y la Prevención de

Enfermedades han dado una guía aconsejando que se debe tratar a las mascotas como trataría a sus familiares humanos: no deje que sus mascotas interactúen con otras personas o animales fuera de su hogar. Si alguien de su hogar se enferma, aíse a esa persona de todos, incluidas las mascotas.

¿Puedo llevar a mi perro al parque de perros?

1. Los parques para perros pueden funcionar, con las siguientes medidas de seguridad: Una persona no debe ingresar a un parque para perros si no es posible en ese momento, dentro del parque, mantener fácilmente al menos seis pies de separación de todas las demás personas
2. Las cubiertas faciales deben usarse en todo momento

¿Puedo ir al veterinario o al hospital de mascotas si mi mascota está enferma?

Sí. Por favor, llame primero para determinar que el veterinario tiene ya restricciones en orden.

¿Puedo contratar a alguien que saque a caminar a mi perro?

Sí, los caminadores de perros están permitidos.

¿Puedo llevar a mi mascota a la peluquería canina?

Sí, los servicios de aseo de mascotas están permitidos.

Operaciones de asistencia médica

¿Qué puedo hacer si yo necesito asistencia médica?

Si se siente enfermo, llame primero al médico, a la línea de acceso directo de la enfermera o al centro de atención de emergencia antes de ir al hospital. Si no tiene un proveedor, llame al consejero de enfermería de los Servicios de Salud de Contra Costa al 1-877-661-6230, opción 1. Si está teniendo una emergencia, llame al 911 o vaya a la sala de emergencia más cercana. Si no es una emergencia, contacte su proveedor de atención primaria para determinar los siguientes pasos.

¿Puedo salir de casa para ir a la farmacia para surtir mi receta?

Sí. [Haga clic aquí para obtener consejos para mejorar la velocidad de los reabastecimientos, hacer menos viajes a la farmacia y reducir su exposición al recoger las recetas en persona.](#)

¿Los proveedores de atención médica están abiertos a todos los servicios médicos, incluida la atención de rutina y preventiva?

Sí, los proveedores médicos están abiertos a todos los servicios médicos, incluida la atención de rutina y preventiva. Muchas visitas implican exámenes o procedimientos que deben hacerse en persona, pero se alienta a los profesionales a realizar citas de forma remota por teléfono o telemedicina cuando sea apropiado y factible hacerlo. Para obtener más información sobre las pautas de California para reanudar las operaciones de atención médica de rutina, consulte:

<https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/ResumingCalifornia%E2%80%99sDeferredandPreventiveHealthCare.aspx>

¿Los proveedores dentales están abiertos a todos los servicios, incluida la atención de rutina y preventiva?

Sí, las instalaciones dentales están abiertas para todos los servicios. Al igual que con todos los entornos, las instalaciones dentales deben cumplir con las pautas básicas del estado para equipos de protección personal, revestimientos faciales y estándares de instalaciones y consultorios. Para obtener más información sobre las pautas de California para reanudar las operaciones de atención médica de rutina, consulte: <https://www.cdph.ca.gov/Programs/CID/DCDC/Pages/COVID-19/ResumingCalifornia%E2%80%99sDeferredandPreventiveHealthCare.aspx>

¿Puedo continuar usando reflexología, terapia de masaje, quiropráctico o servicios similares?

Usted puede continuar usando estos servicios si su médico ha determinado que son médicamente necesarios para usted.

¿Puedo ir a mis citas de salud mental?

Sí. Los pacientes deben consultar con su profesional médico para determinar si es apropiado o posible llevar a cabo citas de salud mental a distancia.

¿Puedo ir a mis grupos de apoyo de tratamiento de abuso de sustancias (es decir, Alcohólicos Anónimos o Narcóticos Anónimos) u otras sesiones de grupos de consejería?

Todos los participantes en grupo de consejería deben atender estas reuniones a distancia si tienen el equipo para hacerlo. Estos grupos deben adaptarse a dar apoyo a distancia. Si la participación a distancia no es posible o aconsejable debido a las circunstancias, la participación puede ser en persona siempre y cuando se cumplan los requisitos del distanciamiento social puesto por la Orden, incluyendo mantener por lo menos una distancia de seis pies entre las personas y poner un cupo límite en el tamaño del grupo para reducir interacciones entre personas.

¿Qué recursos de salud mental hay disponibles para personas que están sintiendo angustia?

Visite [esta página](#) para obtener materiales de salud mental y para salud del comportamiento.

¿Puedo y debo donar sangre si soy saludable?

Sí, los bancos de sangre, centros de donación de sangre y campañas de donación de sangre son operaciones de atención médica que están exentas. Si usted está saludable y no tiene síntomas del COVID-19, se le incentiva donar. La necesidad de donaciones de sangre de personas saludables es importante.

¿Deben cerrar las cafeterías en hospitales?

No. Las cafeterías de hospitales están bajo las exenciones de instalaciones de atención médica y pueden permanecer abiertas. Las cafeterías de hospitales deben estar estructuradas para asegurar seis pies como mínimo de distancia entre personas no relacionadas cuando recogen comida o comen en la instalación. Las cafeterías de hospitales deben de aumentar la limpieza y salubridad para minimizar el riesgo de contagio y seguir los requisitos específicos de la Orden en cuanto a distanciamiento social de la mejor manera posible. Las cafeterías en otras instalaciones deben seguir los requisitos de la Orden, específicamente, comida que pueden llevar o enviar, pero no puede ser consumida en la cafetería.

¿Esta Orden impide a las compañías que trabajan en vacunas y pruebas del COVID-19 continuar haciendo esa clase de trabajo?

No. La Orden excluye a cualquier negocio que esté realizando trabajos relacionados con el cuidado de salud, incluyendo compañías que trabajan en vacunas y pruebas del COVID-19.

Trabajo en un hospital o clínica médica, pero no estoy seguro si soy esencial. ¿Debo continuar trabajando? ¿Qué pasa si soy mayor de 60?

Sí. Todos los empleados de hospitales, clínicas y otras organizaciones que brindan atención médica, prestan servicios de atención de salud, ofrecen suministros médicos necesarios a organizaciones del cuidado de salud, o de otra manera mantienen cualquier tipo de atención médica, pueden continuar trabajando.

La Orden de Salud no aconseja o incentiva a trabajadores de salud mayores de 60 años a que dejen de presentarse a trabajar.

Cuidados

¿Puedo visitar a mis seres queridos en el hospital, asilo de ancianos, centros de enfermería especializada u otros centros de atención residencial?

Usted puede visitar el hospital u otras instalaciones de asistencia médica con el único propósito de obtener servicios y suministros de salud. Las visitas no esenciales no están permitidas. No visite un asilo de ancianos, centros de enfermería especializada o centros de atención residencial a menos que sea con el único propósito de obtener atención médica. Las personas mayores de 60 años son especialmente vulnerables al COVID-19.

¿Puedo salir de casa para cuidar a mis padres ancianos o amigos que requieren asistencia para cuidar de sí mismos? ¿O un amigo o miembro familiar que tiene discapacidades?

Sí. Sea extremadamente precavido cuando proporciona cuidados a personas vulnerables y asegúrese de protegerlos a ellos y a usted siguiendo los requisitos de distanciamiento social, lavando sus manos o usando un desinfectante de manos frecuentemente, manteniendo por lo menos seis pies de distancia cuando sea posible, toser o estornudar en un pañuelo y usar una cubierta para la cara, de acuerdo a lo recomendado (según [HO-COVID19-22](#)).

Negocios y Organizaciones

Las oficinas de sectores de infraestructura no crítica están cerradas por orden del estado. ¿Qué sectores se consideran infraestructura crítica y qué sectores se consideran infraestructura no crítica?

Se recomienda el teletrabajo en todos los sectores donde esta modalidad sea posible. Encontrará una lista detallada de infraestructura que el estado considera “crítica” y “no crítica” [aquí](#).

¿Qué pueden hacer los negocios para crear un ambiente más seguro y de menos riesgo para los trabajadores y clientes?

Siga el [Manual para empleadores para abrir de manera segura](#) para ayudar a planear y prepararse para reabrir su negocio. Todos los negocios e instalaciones **deben** seguir los puntos enumerados a continuación antes de reabrir:

1. Repase la [guía para su industria, negocio, evento o actividad](#).
2. Realice una evaluación de riesgo detallada y cree un plan de protección específico para el lugar de trabajo.
3. Capacite a sus empleados para que sepan cómo limitar el contagio de COVID-19. Esto incluye cómo [detectar si tienen síntomas](#) y cuándo quedarse en casa.
4. Establezca medidas de control y exámenes individuales.
5. Implemente protocolos de desinfección.
6. Establezca pautas de distanciamiento físico.
7. Establezca requisitos de uso universal de cubiertas o mascarillas faciales (con ciertas excepciones). Consulte las [guías del CDPH \(PDF\)](#).
8. Publique la lista de verificación completa para que todos sepan las medidas implementadas. Siéntase con libertad para agregar más medidas de seguridad a las establecidas en la guía por industria.

[Haga clic aquí para acceder a otros recursos para negocios.](#)

¿Qué deben hacer los negocios respecto del uso de cubiertas o mascarillas faciales?

Todos los negocios **deben**:

- Exigir a sus empleados, contratistas, propietarios y voluntarios que usen cubiertas o mascarillas faciales
- Entregar las mascarillas a sus trabajadores o reembolsarles el costo razonable que debieron pagar para obtenerlas
- Tomar todas las medidas razonables para prohibir el ingreso a cualquier persona del público que no esté usando una mascarilla y, en caso de no poder prohibirle el ingreso, no deberán atender a esa persona.

Los negocios deben asegurarse de que sus empleados y el resto del personal usen mascarillas en todas las áreas donde trabajan con público y en las áreas donde podría haber clientes o público, incluso si en ese momento no hubiera ningún cliente o persona del público presente. Esto es para evitar que se propaguen las gotitas de la respiración en lugares donde los clientes o personas del público podrían estar en algún momento. Los empleados también deben usar mascarillas cuando hay otros compañeros de trabajo presentes.

Los negocios también deben exhibir un cartel en las entradas informando que está prohibido el ingreso sin cubierta o mascarilla facial y que las personas que ingresen sin mascarilla no serán atendidas. Tampoco se debe atender a las personas mayores de 2 años que no estén usando una mascarilla, salvo

que estén exentas del uso de mascarillas por disposición de esta Orden. Se recomienda a las personas exentas por la Orden que lleven una nota de su médico como constancia. Los negocios deben negarse a atender a las personas que no están usando una cubierta o mascarilla si no pueden comprobar que están exentas por razones médicas y deberán pedirles que se retiren de las instalaciones.

¿Qué medidas de seguridad deben seguir los negocios minoristas?

Las tiendas minoristas pueden operar de acuerdo con la guía estatal. La tienda debe emplear medidas razonables para exigir a los clientes que cumplan con los requisitos de distancia social en las áreas de recolección, que incluyen, entre otros, marcar ubicaciones a intervalos de seis pies para que los clientes se paren mientras esperan en la fila.

¿Qué medidas de seguridad deben seguir los proveedores minoristas?

Los negocios que producen bienes minoristas y proporcionan servicios de depósito o apoyo logístico a tiendas minoristas pueden operar, pero deben limitar la cantidad de personal en áreas cerradas de manera que el personal pueda cumplir con los requisitos de distanciamiento social.

¿Puedo decirles a los empleados que se queden en casa o que salgan del trabajo si presentan síntomas del coronavirus COVID-19 o la gripe?

Si. Los empleadores deben exigir tiempo libre si están enfermos y alentar a los empleados enfermos a permanecer en sus hogares. Los CDC establecen que los empleados que exhiben síntomas de una enfermedad similar a la influenza en el trabajo durante una pandemia deben abandonar el lugar de trabajo.

Cuando un empleado tiene fiebre y tos, puede ser difícil distinguir entre COVID-19 e influenza. Para estar seguros, recomendamos que alguien enfermo con fiebre y tos permanezca en casa durante 7 días después del inicio de los síntomas, y al menos 72 horas después de que la fiebre se resuelva sin medicamentos y otros síntomas mejoren, el período que sea más largo. Este recurso puede ser útil para su personal. Para obtener más información sobre cómo hacerse la prueba de COVID-19, visite <https://www.coronavirus.cchealth.org/hacerse-la-prueba>

La Comisión para la Igualdad de Oportunidades en el Empleo (EEOC) confirmó que aconsejar a los trabajadores que regresen a sus hogares es permisible y no se considera relacionado con la discapacidad si los síntomas presentes son similares al coronavirus COVID-19 o la gripe. Para obtener más información, visite: <https://www.eeoc.gov/wysk/what-you-should-know-about-covid-19-and-ada-rehabilitation-act-and-other-eeo-laws>

Trabajo para una gran compañía tecnológica que ofrece productos y servicios que el público necesita para tener acceso a servicios fundamentales. ¿Mi compañía estará completamente cerrada?

No. Pero la mayoría de los empleados de estas compañías deberá trabajar desde casa. Los únicos empleados de estas compañías que podrán ir a trabajar a la ubicación física fuera de casa serán:

- Empleados que son necesarios para mantener las operaciones básicas mínimas descritas en la Orden.

- Empleados que son necesarios para trabajar en la ubicación física para operar, mantener o reparar la infraestructura esencial (es decir, Infraestructura de internet global, nacional y local, servicios de cómputo, infraestructura de negocios, comunicaciones y servicios de web para la comunidad) y quienes no puedan hacer su trabajo laboral desde casa.

Cualquier empleado que esté en el lugar de trabajo debe seguir estrictamente los requisitos de distanciamiento social, incluyendo mantener una distancia de seis pies de uno al otro (a menos que sea incompatible con la clase de trabajo), lavar frecuentemente sus manos con jabón y agua por lo menos por 20 segundos o usar un desinfectante de manos, cubrir su tos y estornudos, usar una cubierta para la cara (según [HO-COVID19-22](#)) y evitar todas las interacciones sociales fuera de su hogar cuando esté enfermo con síntomas del COVID-19 (vea <https://espanol.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/symptoms.html>).

Cualquier negocio que esté haciendo operaciones básicas mínimas en una instalación del Condado debe también preparar, publicar e implementar un protocolo de distanciamiento social (vea la sección 16.h y el [Apéndice A](#) de la Orden) y debe dar una copia del protocolo a cada empleado.

¿La Orden requiere que los negocios detengan los trabajos necesarios para nuestro sistema de atención médica?

No. La Orden excluye a cualquier negocio que esté realizando trabajos relacionados a la prestación de asistencia de salud, incluyendo hospitales, clínicas, lugares de pruebas del COVID-19, dentistas, farmacias, bancos de sangre y donación de sangre, compañías farmacéuticas y biotecnológicas, otras instalaciones de atención médica, proveedores de salud, atención médica domiciliaria, proveedores de salud mental, y veterinarios y todos los servicios de cuidado de salud de animales.

¿Puede mi compañía ocuparse de sus laboratorios bajo esta Orden?

Todo depende. Su laboratorio puede operar solo si realiza trabajo que es exento en la Orden. De lo contrario, los empleados del laboratorio solo pueden realizar operaciones básicas mínimas en el lugar, y deben seguir estrictamente los requisitos de distanciamiento social, incluyendo mantener una distancia de seis pies de uno al otro, lavar frecuentemente sus manos con jabón y agua por lo menos por 20 segundos o usar efectivamente un desinfectante de manos, cubrir su tos y estornudos, usar una cubierta para la cara (según [HO-COVID19-22](#)) y evitar todas las interacciones sociales fuera de su hogar cuando estén enfermos con síntomas del COVID-19 (vea <http://www.coronavirus.cchealth.org/about-covid-19>).

También debe prepararse, publicar e implementar un protocolo de distanciamiento social (vea la sección 16.h y el [Apéndice A](#) de la Orden) en cualquier instalación en la cual usted esté haciendo operaciones básicas mínimas; y debe proveer una copia del protocolo a cada empleado. Aparte de esto, el empleado no puede estar en el lugar de la ubicación del laboratorio.

¿Las organizaciones sin fines de lucro pueden continuar operando?

Sí, si son negocios esenciales o negocios al aire libre, como lo describe la Orden, o si tiene un contrato con una entidad gubernamental y provee una función gubernamental esencial. Los negocios sin fines de lucro que tienen permitido continuar operando incluyen, por ejemplo, despensas de alimentos, organizaciones que proveen vivienda a las personas sin hogar y organizaciones que proveen servicios fundamentales. Otras organizaciones sin fines de lucro no pueden seguir operando sus instalaciones,

excepto realizar operaciones básicas mínimas, mantener el valor del inventario, mantener la instalación segura y protegida, proveer la entrega de inventario existente a residencias y negocios; o asegurarse de que los empleados puedan trabajar remotamente. También es posible que todos los empleados trabajen remotamente desde sus casas. Las operaciones minoristas sin fines de lucro pueden funcionar con ventas en la acera de conformidad con las disposiciones para ventas minoristas en la acera.

A menos que haya necesidad de contacto directo para el trabajo, todos los empleados deben seguir estrictamente los requisitos del distanciamiento social, incluyendo mantener una distancia de seis pies entre uno y otro, lavar frecuentemente sus manos con jabón y agua por lo menos por 20 segundos o usar efectivamente un desinfectante de manos, cubrir su tos y estornudos, usar una cubierta para la cara (según [HO-COVID19-22](#)) y evitar todas las interacciones sociales fuera de su hogar cuando estén enfermos con síntomas del COVID-19 (vea www.coronavirus.cchealth.org/about-covid-19)

¿Qué sucede si parte del trabajo de mi negocio es esencial y otra parte es no esencial?

Los negocios que incluyen un componente de Negocio esencial o permitido en su localidad a la par de componentes no esenciales y no permitidos deben “reducir” sus operaciones en personal en cuanto al componente de Negocio esencial y negocio permitido solamente.

Opero una tienda en la cual se vende principalmente artículos no esenciales, pero también se vende una pequeña cantidad de productos esenciales como comida y productos higiénicos. ¿Puedo continuar vendiendo estos productos a los clientes en mi tienda?

No. Si usted no vende una cantidad significativa de productos esenciales como comida, productos de higiene o limpieza, usted no puede mantener su tienda abierta. Su tienda puede enviar a sus clientes productos a domicilio o bien hacer ventas en la acera.

¿Qué puedo hacer si mi empleador me obliga a ir a trabajar?

Algunos negocios no pueden operar bajo esta Orden. Si su trabajo no es un negocio permitido, usted no tiene permitido ir a trabajar y su empleador no puede hacer que vaya excepto para actividades mínimas básicas limitadas, como mantener la tienda segura y protegida o asegurarse de que los empleados puedan trabajar remotamente. Es posible que su empleador le exija que trabaje desde casa, y usted puede hacerlo, si su trabajo lo permite. A partir del 13 de julio, el estado ordena el cierre de las oficinas de los [sectores no esenciales](#). Las oficinas de los sectores esenciales pueden permanecer abiertas, pero se recomienda enfáticamente adoptar la modalidad de teletrabajo.

Opero una instalación de alimentos. ¿Qué prácticas debo seguir para mantener protegidos a mis empleados y clientes?

Si sirve comida, solamente puede entregar comida para llevar o mandar a domicilio. Usted también debe publicar, implementar y distribuir el [Protocolo de Aislamiento Social actualizadas el 16 de junio](#), el cual ha sido actualizado y requiere cubiertas para la cara para ser usadas por todos los empleados y clientes en su instalación (excepto que estas cubiertas para la cara no están recomendadas para niños muy pequeños).

¿Qué pasa si tengo una cafetería en el lugar de mi negocio? ¿Puede continuar operando para servir a los trabajadores que hacen trabajo exento por la Orden?

La cafetería puede operar como cualquier lugar de comida. Puede servir comida al resto de los empleados, siempre y cuando sea comida para llevar y no para comer adentro de la cafetería. La cafetería debe seguir estrictamente los requisitos de distanciamiento social bajo la Orden.

¿Qué pasa si quiero ir a trabajar a un lugar físico en el Condado?

A partir del 13 de julio, el estado ordena que se cierren las oficinas de infraestructura crítica. Las oficinas de infraestructura crítica pueden permanecer abiertas, pero se recomienda enfáticamente adoptar las modalidades de teletrabajo.

¿Pueden los agentes de bienes raíces mostrar residencias o propiedades comerciales en persona?

Generalmente, no. Agentes de bienes raíces, agentes de fideicomiso, y otros proveedores de servicios que permiten transacciones de bienes raíces como ventas de casas, alquileres de apartamentos y ventas de propiedades comerciales son trabajadores esenciales, pero todas las citas y visitas residenciales solo pueden ser virtuales (por video o transmisión en vivo). Si no es posible verla virtualmente entonces un fotógrafo o videógrafo tendrán permitidos visitar una sola vez la residencia para tomar fotos o videos. Esto puede suceder si el ocupante no se encuentra en la residencia. Solo si estas opciones no son posibles, entonces se podrá ver en persona con cita y no más de dos visitantes a la vez, quienes deben pertenecer al mismo hogar y un individuo mostrando la propiedad. Las demostraciones en persona o visitas no están autorizadas si el ocupante está presente en la residencia. Las visitas en demostraciones comerciales deben estar limitadas a un número mínimo de personas.

¿Tienen permitido operar los dispensarios de cannabis y sus productores?

Sí. Pueden funcionar dispensarios, cultivos y suministros médicos y no médicos. El cannabis recreativo se puede comprar en persona, para "llevar" y para entregar a domicilio.

¿Por qué las organizaciones deben mantener una lista de personas que asisten a sus eventos y reuniones?

En el caso de un aumento en los casos de COVID-19, la lista de nombres se convierte en una herramienta importante para ayudar a rastrear y contener la propagación. Los rastreadores de contacto llegarían a aquellos que pudieron haber estado expuestos al virus para ofrecerles pruebas sin costo, atención médica y recursos para mantenerlos seguros a ellos y a sus contactos cercanos.

¿Qué pautas deben seguir las peluquerías y barberías para garantizar la seguridad de los trabajadores y clientes?

Las peluquerías y barberías pueden abrir atender al aire libre. Los servicios en espacios cerrados, incluidos los servicios que requieren entrar al salón o usar un lavabo, no están permitidos. Siga [la guía para peluquerías y barberías que ofrecen servicio al aire libre del Estado](#) para cumplir con los requisitos para un ambiente seguro y limpio al aire libre para sus empleados y clientes. Repase la guía, prepare un plan y publique [la lista de verificación para peluquerías y barberías que ofrecen servicios al aire libre](#) (inglés) en su lugar de trabajo para mostrarles a los clientes y empleados que ha reducido el riesgo y que está abierto para su actividad.

¿Por qué los servicios personales, como salones de uñas, salones de tatuajes y depilación corporal deben permanecer cerrados?

El Estado de California no permite que los servicios personales como salones de uñas, salones de tatuajes y salones de depilación corporal con cera funcionen en este momento en el Condado de Contra Costa.

¿Pueden abrir las escuelas de cosmetología y barbería?

No, son escuelas para adultos y, por lo tanto, no pueden operar.

Construcción e infraestructura esencial

¿Están permitidos los proyectos de construcción comercial y residencial?

La Orden permite la construcción de proyectos, siempre y cuando los proyectos cumplan con los Protocolos de Seguridad en Construcción listado en los [Apéndices B-1](#) y [B-2 \(actualizadas el 16 de junio\)](#) de la Orden. Una vez que cumplan con los Protocolos de Seguridad en Construcción, los lugares de construcción solo necesitan publicar un [Protocolo de Distancia Social \(actualizadas el 16 de junio\)](#).

Tengo una violación del Código de Ordenanza del Condado en mi propiedad y el Condado me exige (o acordé con el Condado) corregir la violación. ¿Puedo hacer este trabajo mientras estamos bajo la Orden de Quedarse en Casa? ¿Podría ser penalizado si el trabajo no se hace?

Sí. Este trabajo debe cumplir con los Protocolos de Seguridad en Construcción en los Apéndices [B-1: Protocolos de Seguridad en Pequeña Construcción](#) o [B-2: Protocolos de Seguridad en Gran Construcción \(actualizadas el 11 de julio\)](#) de la Orden o [Protocolo de Distancia Social en el Apéndice A \(actualizadas el 16 de junio\)](#), cuando sea aplicable.

¿Puedo conducir evaluaciones en sitios, reparaciones o trabajos de mitigación que yo he sido dirigido a realizar por el Departamento del Condado de Salud de Medio Ambiente bajo un acuerdo de apoyo?

Sí. El trabajo debe cumplir con los Protocolos de Seguridad en Construcción en Apéndices [B-1: Protocolos de Seguridad en Pequeña Construcción](#) o [B-2: Protocolos de Seguridad en Gran Construcción \(actualizadas el 11 de julio\)](#) de la Orden o [Protocolo de Distancia Social en Apéndice A \(actualizadas el 16 de junio\)](#), cuando sea aplicable.

¿La Orden permite pruebas obligadas por el estado, inspecciones por el operador y reparaciones de tanques de almacenaje bajo tierra?

Sí. Las pruebas exigidas por el Estado e inspecciones por el operador de tanques de almacenaje bajo tierra son actividades permitidas y deben de continuar bajo la Orden. Las reparaciones necesarias para mantener la seguridad del sistema de tanques bajo tierra y actividades para responder alarmas y tratar con divulgaciones ilícitas también son esenciales y deben continuar. Todo este trabajo debe ser conducido de acuerdo con la Orden, incluyendo el cumplimiento de los requisitos de distancia social.

Operaciones gubernamentales

¿Las agencias gubernamentales proveen funciones gubernamentales esenciales necesarias para completar e implementar los protocolos de distanciamiento social?

Las entidades gubernamentales están siendo fuertemente motivadas para completar el formulario de [Protocolo de Distanciamiento Social \(actualizadas el 16 de junio\)](#) para cada una de sus instalaciones que continúan abiertas por funciones gubernamentales esenciales, a pesar de que la Orden no requiere que lo haga. Así como con la empresa privada, los protocolos de distanciamiento social ayudan a los gobiernos a implementar medidas de reducción de riesgos identificados por el Oficial de Salud, asegurando que el personal de la agencia gubernamental y los miembros de la comunidad que usan servicios gubernamentales estén protegidos, e informan a los empleados gubernamentales y miembros del público que visitan las instalaciones acerca de sus respectivas responsabilidades para prevenir la propagación del COVID-19. Se alienta a cada departamento o agencia que continúa realizando funciones gubernamentales esenciales en el lugar de trabajo que completen e implementen un Protocolo de Distanciamiento Social en sus instalaciones, publiquen el protocolo donde sea públicamente visible y lo distribuyan a sus empleados.

¿Cómo pueden las agencias gubernamentales celebrar reuniones públicas de manera segura?

Preparación para la reunión:

- Ofrecer reuniones en línea, o una opción en línea para reuniones en persona
- Complete y siga el [Apéndice A: Protocolo de Distanciamiento Social](#)
- Considere limitar el tamaño a 100 personas y / o el 25% de la ocupación máxima permitida del espacio para mantener fácilmente al menos una distancia de seis pies de los demás
- Considere realizar reuniones al aire libre, donde el aumento del flujo de aire reduce el riesgo de transmisión de COVID-19 en comparación con el interior
- En la invitación o anuncio de la reunión, aliente a los asistentes en persona a que se cubran la cara y mantengan distancia física en la reunión

En la reunión:

- Considere una hoja de asistencia voluntaria con nombres e información de contacto para ayudar a localizar contactos de cualquier caso relacionado con la reunión
- Use controles de síntomas para detectar a las personas con síntomas, pero sin fiebre
- Mantenga desinfectantes y productos de limpieza y agua y jabón disponibles para su uso
- Aliente a los asistentes en persona a usar cubiertas faciales que cubran adecuadamente tanto la boca como la nariz
- Recuerde a los asistentes en persona que se mantengan al menos a seis pies de distancia de los demás
- Evite el contacto innecesario si se proporcionan alimentos y / o bebidas

¿Cómo accedo a los servicios gubernamentales?

Las funciones gubernamentales esenciales continuarán, incluyendo primeros auxilios, personal de manejo de emergencia, operadores de emergencia y la fuerza policial. Otras funciones gubernamentales

u oficinas pueden estar sujetas a horario reducidos o puede que estén. La información acerca de la disponibilidad de los servicios del Condado está siendo actualizada regularmente en contracosta.ca.gov.

Trabajo para el gobierno. ¿Puedo continuar trabajando?

Como empleado del gobierno, usted puede continuar trabajando si su empleador lo ha designado como empleado esencial. Cada agencia gubernamental es responsable en determinar cuáles de sus trabajadores son empleados esenciales. Se recomienda enfáticamente adoptar la modalidad de teletrabajo

Transporte y viajes

No tengo automóvil. ¿Puedo usar el bus o tren, o puedo irme en mi forma preferida de viaje compartido/servicio de auto a demanda o un taxi?

Sí, pero el transporte público, los servicios de viajes compartidos u otra forma de viajar solo pueden ser usados para viajes esenciales, lo cual significa:

- Viajes relacionados a proveer o acceder a actividades y negocios permitidos
- Viajar para cuidar a un anciano, menores de edad, dependientes, o personas con incapacidades.
- Viajar de o hacia instituciones educativas con el propósito de recibir materiales para aprendizaje a distancia, para recibir comida y cualquier otro servicio relacionado.
- Viajar para regresar al lugar de residencia fuera del Condado.
- Viajar requerido por los cuerpos policiales o por una orden de corte.
- Viaje requerido a quienes no son residentes para poder regresar a su hogar fuera del condado. Las personas deben verificar que su regreso sigue permitido y es funcional antes de empezar el viaje.
- Viaje para gestionar arreglos para después de la muerte y sepelio.
- Viaje para organizar albergue y evitar quedarse en la calle.
- Viaje para evitar violencia doméstica o abuso de niños.
- Viaje para arreglos de patria potestad.
- Viaje a un lugar de residencia temporal para evitar exponer a otros al COVID-19, como un hotel u otra instalación por una autoridad gubernamental para dichos propósitos.

Cuando usted está usando transporte público, debe seguir los requisitos de distanciamiento social, incluyendo mantener una distancia de seis pies de las otras personas que no forman parte de su hogar, lavar sus manos frecuentemente con jabón y agua por lo menos 20 segundos o usar un desinfectante de manos efectivo, cubrir su tos o estornudo, usar una cubierta para la cara cuando sale afuera en público,

(según [HO-COVID19-22](#)) y evitar todas las interacciones sociales fuera de su hogar cuando está enfermo con [síntomas del COVID-19](#). [Haga clic aquí para leer más consejos sobre cómo viajar seguro con otras personas](#).

Cuando usa servicios de viajes compartidos para viajes esenciales, tenga en mente que debe evitar lo más posible el uso de vehículos compartidos ya que han sido usados por muchas otras personas.

¿Puedo usar una bicicleta de los servicios de bicicleta compartida?

Sí, puede usar bicicletas y patinetas compartidas para viajes esenciales, como ir a trabajar como empleado esencial. Pero tenga en cuenta que las bicicletas y patinetas compartidas no son limpiadas higiénicamente de manera rutinaria. Tome precauciones, traiga sus toallas húmedas desinfectantes, no se toque la cara cuando esté en la bicicleta o patineta, y lávese las manos por lo menos por 20 segundos inmediatamente al terminar.

¿Tengo permitido viajar dentro y fuera del Condado por trabajo y actividades diarias?

Sí, pero solo para realizar actividades permitidas o actividades al aire libre, para mantener funciones gubernamentales esenciales, para operar un negocio permitido o para realizar operaciones básicas mínimas de negocios no esenciales, tal como se definen esos términos en la Orden. Usted puede irse para regresar a casa o realizar otro viaje esencial. Por lo demás, la respuesta es “No”, porque eso lo pone a usted y a los demás de la comunidad en riesgo. Tenga en cuenta que los Oficiales de Salud en condados vecinos también tienen la misma o similar orden de quedarse en casa.

Si estoy fuera del condado viajando por vacaciones o negocio, ¿me permiten regresar a casa?

Sí, la Orden le permite regresar a casa.

Me quedaré a pasar la noche en el Condado, pero vivo en otro lugar. ¿Me puedo ir a casa?

Sí, usted puede irse del Condado para regresar a casa.

Rento un cuarto usando una plataforma en línea (como Airbnb o VRBO) que facilita rentas a corto plazo. ¿Puedo continuar rentando cuartos?

La Orden permite que usted continúe ofreciendo cuartos para rentar. Sin embargo, sepa que la Orden estrictamente limita viajes y actividades como “viajes esenciales” y “actividades permitidas” como se definen en la Orden. Las personas no tienen permitido, por ejemplo, viajar dentro del Condado a visitar amigos o estar de turistas.

APLICACIÓN DE LA LEY

¿Se puede citar o multar a los negocios o personas que violan las órdenes de salud, como el distanciamiento social y el uso de mascarilla facial?

Para detener la transmisión de COVID-19 en nuestra comunidad, recordamos a los negocios y a las personas seguir las [órdenes de salud](#) que requieren distancia social y uso de mascarilla o cubierta facial. El público debe seguir las órdenes del [Condado](#) y del [Estado](#). Si las restricciones difieren, deberán seguir

la orden más estricta. Haga clic para ver la lista completa del [Resumen de las aperturas en el Condado de Contra Costa](#). La Junta de Supervisor del Condado de Contra Costa aprobó la [Ordenanza Nro. 2020-21](#), que permite emitir advertencias, citaciones o multas contra los negocios y personas que no cumplen con las [órdenes de salud de COVID-19](#). Las multas para negocios van desde \$250 para la primera infracción y aumentan con las reiteradas infracciones. En cambio, para las personas, las multas arrancan en \$100 y van aumentando con las reiteradas infracciones. [Haga clic aquí para obtener más información](#).

¿Debo notificar a las autoridades o la policía si veo que alguien no sigue la Orden de Distanciamiento Social?

Puede hacerlo, pero tenga en cuenta que el objetivo de las órdenes de salud no es meter a las personas en problemas. Sea un ejemplo en seguir las órdenes y anime a otros a que hagan lo mismo. Nuestros aliados policiales dicen que su objetivo es hacer cumplir y educar, no encarcelar.

Si es necesario, las inquietudes acerca de las infracciones de las órdenes de salud pueden enviarse por Internet en <https://www.cocosheriff.org/>. Por favor, no llame al 911 a menos que esté reportando una emergencia.

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

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