

Actualización semanal sobre el COVID-19

7 de enero 2022

Los casos de COVID-19 están aumentando

El número de casos de COVID-19 continúa aumentando rápidamente en todo el condado de Los Ángeles.

Estamos viendo ciertos grupos de edad impulsando el aumento actual. Los adultos de 18 a 49 años tienen más probabilidades de infectarse y transmitir COVID-19 a otras personas. Los adultos en este grupo de edad representaron alrededor del 70% de todos los nuevos casos que vimos en la semana que terminó el 28 de diciembre. Las tasas de casos entre las personas de 18 a 49 años también han aumentado. Estas dinámicas probablemente reflejan la realidad que, por diferentes motivos, los adultos de 18 a 49 años son los que actualmente están más expuestos al virus.

Si bien los aumentos explosivos en los casos indican una transmisión comunitaria muy alta, tenemos herramientas para protegernos a nosotros mismos y a los demás:

- [Vacunación y la dosis de refuerzo](#) siguen siendo formas muy efectivas de reducir el riesgo de infección o transmisión.
- [Las pruebas](#) antes de una reunión le permitirán tomar una mejor decisión sobre si debiera reunirse en persona.
- Usar una [máscara de grado médico bien ajustada o un respirador](#) cuando se encuentre en espacios públicos interiores o espacios al aire libre llenos, o cerca de alguien que sepa que es vulnerable a una infección grave por COVID-19, puede mantenerlo a usted y a otras personas mejor protegidas.

Haga clic [aquí](#) para leer actualizaciones de noticias sobre el aumento de COVID-19 de este invierno.

Orden actualizada del Oficial de Salud

La [Orden del Oficial de Salud](#) ha sido actualizada con los nuevos requisitos de cuarentena y aislamiento:

- Cualquier individuo que salga del [aislamiento](#) después del día 5 debe tener una prueba negativa y ser asintomático o con síntomas de mejoría y sin fiebre antes de salir del aislamiento.
- Cualquier persona que salga de la [cuarentena](#) después del día 5 debe tener una prueba negativa el día 5 y ser completamente asintomática.
- Los adultos asintomáticos que salen del aislamiento o la cuarentena después del día 5 deben usar una máscara de grado médico (quirúrgica o respiratoria) cuando estén cerca de otras personas tanto en interiores como en exteriores durante los 5 días siguientes. Los niños deben usar una máscara sin tela de múltiples capas de material no tejido con un alambre nasal, como una máscara quirúrgica de tamaño para niños.

- Personas que no han sido vacunadas y personas que sean [elegibles](#) para refuerzos pero que aún no lo han recibido y han tenido [contactos cercanos](#) al COVID-19, deben ponerse en cuarentena durante un mínimo de 5 días.

Si bien estos períodos de aislamiento y cuarentena modificados se aplican al público en general, las empresas y los establecimientos deben continuar cumpliendo con los estándares de Cal / OSHA que ahora se alinean con estos cambios. **En establecimientos o entornos con brotes activos, DPH puede extender los períodos de cuarentena y aislamiento para ayudar a controlar el riesgo de transmisión.** Las empresas también pueden ser más conservadoras que la agencia y continuar con sus períodos de aislamiento y cuarentena ya establecidos.

Prueba de COVID-19

Pruebas de COVID-19

¿TIENE SÍNTOMAS DE COVID-19?



Fiebre



Dolor de Cabeza



Toz

Hágase la prueba independientemente de su estado de vacunación

Encuentre un sitio para hacerse la prueba cerca de usted:

COVID19.LACOUNTY.GOV/TESTING

La prueba de COVID-19 es de vital importancia, ya que ayudan a identificar posibles orígenes de transmisión antes de que entren en contacto con personas de alto riesgo. Es una gran herramienta para garantizar que las personas no expongan a otros.

Pero la prueba no lo protege de una infección, solo le permite verificar su estado y tomar una mejor decisión a cerca de reuniones en persona.

Si tiene algún síntoma de resfrío, especialmente dolor de cabeza, fiebre, o tos, hágase la prueba de COVID-19.

Para encontrar un sitio de prueba de COVID-19 cerca de usted, haga clic [aquí](#).

La colección de pruebas en el hogar ya esta disponible para los residentes del condado de Los Ángeles con síntomas de COVID-19 o con una exposición reciente, haga clic [aquí](#) para obtener más información.

Mascarillas

La nueva [Orden del Oficial de Salud](#) (solo disponible en inglés) requiere que los empleadores proporcionen y requieran que los empleados usen una mascarilla médica ajustada, una mascarilla quirúrgica, o un respirador de alto nivel certificado por NIOSH, como una mascarilla de N95 que le quede bien en todo momento mientras estén en el interior del lugar de trabajo o instalaciones. Esta orden entra en vigor lo antes posible y a mas tardar el **17 de enero**.

Haga clic [aquí](#) para mas información sobre las mascarillas.

¿QUÉ MÁSCARAS PROPORCIONAN LA MEJOR PROTECCIÓN?

BUENA



- Mascarilla de tela con tres o más capas de tela

MEJOR



- Mascarilla doble (mascarilla quirúrgica + mascarilla de tela)
- Mascarilla médica ajustada (mascarilla quirúrgica)

LA MEJOR



- N95
- KN95
- KF94



Recursos para el COVID-19

Vacúnese contra la influenza

Este año, la gripe y el COVID-19 circularán en las comunidades de todo el condado de Los Ángeles, y ambos pueden causar enfermedades graves. La mejor manera de protegerse a sí mismo y a su familia de la gripe es vacunarse contra la gripe.

Los Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades recomiendan que cualquier persona de 6 meses o más se vacune contra la gripe. Para encontrar un sitio de vacunación contra la influenza cerca de usted:

- Llame a su médico o a su farmacia local
- Llame al 2-1-1, la Línea de Información del Condado de Los Ángeles (puede solicitar lugares donde las vacunas contra la influenza son **DE BAJO COSTO** o **GRATUITAS**)



Todas personas de 6 meses o más se deben vacunar contra la gripe

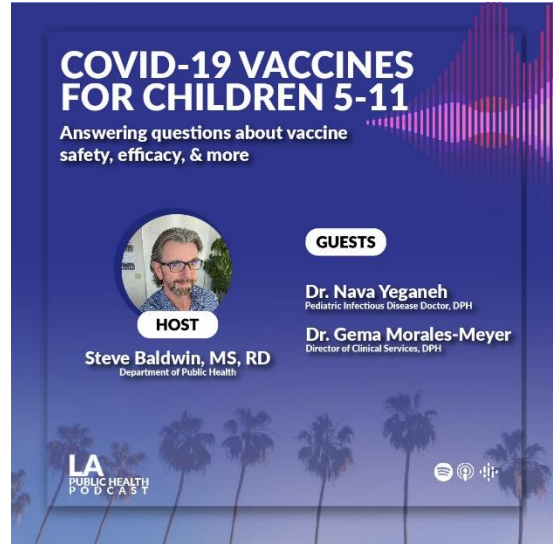
Las vacunas **GRATUITAS** contra la influenza y las pruebas de COVID-19 también se ofrecen en nuestras [Clínicas de Influenza de Alcance Comunitario](#)

[Lea aquí](#) para obtener más información sobre cómo vacunarse.

Podcast de Salud LA

El podcast del Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles, [Salud LA](#) proporciona actualizaciones de COVID-19 y entrevistas con expertos en salud pública. Salud LA es un esfuerzo para continuar manteniendo informado al condado de Los Ángeles a través de más contenido y para continuar logrando y promoviendo la equidad en la salud para Los Ángeles y más allá. En nuestro próximo episodio, analizaremos más de cerca las vacunas COVID-19 para niños de 5 a 11 años. [¡Suscríbese a nuestro canal](#) para nuevos episodios cada mes!

- **Spotify:** <https://spoti.fi/2Yu4pTN>
- **Apple:** <https://apple.co/3muH5O8>
- **Google:** <https://bit.ly/3AtJm0W>



19

[¿Necesita una presentación de la vacuna COVID-19?](#)



El Departamento de Salud Pública del Condado de Los Ángeles ofrece una variedad de presentaciones, incluidas las vacunas contra el nuevo coronavirus y COVID-19. Si desea programar una presentación para su organización, [haga clic aquí](#).

Recursos regionales

[2021 refugio de invierno programa](#)



Albergues de invierno es un programa que se realiza anualmente en Los Ángeles para proteger a las personas sin hogar durante los meses más fríos del año. Los albergues se encuentran distribuidos a lo largo del condado de Los Ángeles. Debido al COVID-19, este año operarán las 24 horas del día.

Para obtener más información, haga clic [aquí](#), envíenos un correo electrónico a wintershelter@lahsa.org o llame a la línea directa 1-800-548-6047.

Vea los folletos para refugios de invierno en [Inglés](#) y [Español](#).

Conéctese a Recursos Gratuitos para Apoyo Habitacional



Si usted sabe de alguien que está luchando para pagar su casa cada mes, aprenda como pueden recibir hasta \$30,000 y consejería gratuita. Visite [aquí](#) para aprender cómo aplicar para apoyo financiero para el hogar.

Presentación virtual de conducción distraída de adolescentes

El Programa de Prevención de Enfermedades Crónicas y Lesiones del Departamento de Salud del Condado de Los Ángeles está ofreciendo presentaciones virtuales gratuitas sobre la conducción distraída de adolescentes para escuelas y organizaciones comunitarias que trabajan con adolescentes. Si desea información adicional o tiene alguna pregunta, comuníquese con Allison Kwan (AKwan@ph.lacounty.gov) y Elaine Lai (ELai@ph.lacounty.gov)

Boletín informativo vacúnate, Los Ángeles



Regístrese para recibir el boletín informativo sobre la vacuna en [VaccinateLosAngeles.com](https://www.vaccinatelosangeles.com):

- [Distribución de vacunas en el condado de Los Ángeles](#)
- [Citas para la vacuna](#)
- [La seguridad de las vacunas](#)
- [Mitos vs. Hechos](#)
- [Preguntas Más Frecuentes](#)

ENLACES Y RECURSOS ÚTILES

[Avance de Crédito Tributario Por Hijos](#)

[Asistencia funeraria de FEMA](#)

[Beneficio de banda ancha de emergencia](#)

[Headspace: aplicación gratuita de atención plena](#)

[Información sobre la vacuna contra el COVID-19](#)

[Información sobre la vacuna contra la gripe](#)

[Línea Nacional de Prevención del Suicidio](#)

[Oficina de Asuntos de Inmigrantes del Condado de Los Ángeles](#)

[Panel de distribución de vacunación de COVID-19](#)

[Programa de Alivio de alquiler](#)

[Programa de Navegadores Financieros](#)

[Programa de Bocadillos Gratuitos](#)

[Programa METRO LIFE](#)

[Proyecto de Prevención del Suicidio Juvenil del Condado de Los Ángeles](#)

[Pruebas de COVID-19](#)

[Recursos de salud mental en línea de iPrevail](#)

[Registros de vacunación contra el COVID-19](#)

[Resolución de Protecciones para Inquilinos COVID-19 del COVID-19 de Los Ángeles](#)

Solicitantes de Empleo

Tablero de vigilancia del COVID-19

Apoyo para la salud mental: llame al (800) 854-7771 o mande “LA” por texto a **741741** o visite <https://dmh.lacounty.gov/covid-19-information/>

Solicite un equipo móvil de vacunación

Denunciar una violación: Llamar (888) 700-9995, lunes – viernes de 8:00 a.m.- 5:00 p.m. o mandar un correo electrónico: ehmail@ph.lacounty.gov

Para obtener recursos adicionales, marque 2-1-1

Para obtener más información sobre COVID-19, por favor [visite nuestro sitio web](#)

Siga a Salud Publica del Condado de Los Ángeles en las redes sociales de Instagram, Facebook, and Twitter: @lapublichealth

