

TENGA UN DÍA DE ACCIÓN DE GRACIAS SEGURO DE COVID

Guía para familias e individuos



Esta guía ofrece ideas sobre cómo reducir su riesgo de contraer COVID-19 mientras celebra el Día de Acción de Gracias con familiares y/o amigos.

Muchas generaciones a menudo se reúnen para celebrar el Día de Acción de Gracias, así que piense en el riesgo de que todos corren con respecto al COVID-19. Tome precauciones adicionales si hay personas que no están completamente vacunadas y/o que tienen un mayor riesgo de contraer una enfermedad grave si se infectan (como [adultos mayores](#) y personas con [ciertas afecciones médicas](#)). Si todos los asistentes están completamente vacunados, el riesgo de transmisión del virus COVID-19 se reduce significativamente.

La opción más segura es reunirse en persona solo con miembros de su hogar y celebrar de forma virtual con otros familiares y amigos. Considere esta opción si tiene seres queridos que tienen un sistema inmunológico débil o que no están completamente vacunados y tienen un alto riesgo de contraer la enfermedad grave por COVID-19.



CONSEJOS PARA UNA REUNIÓN DE ACCIÓN DE GRACIAS EN PERSONA MÁS SEGURA:

Para las muchas personas que desean celebrar en persona, las sugerencias a continuación brindan capas adicionales de protección. Use su buen juicio para reducir el riesgo de COVID-19 entre su familia y amigos.

Recuerde que el COVID-19 se propaga de forma más fácil en:

- **Espacios cerrados** con poca circulación de aire
- **Lugares concurridos** donde hay muchas personas de diferentes hogares
- **Ambientes de contacto cercano** en especial donde las personas están hablando o riendo juntas.

Planifique a futuro

- **Vacúnese ahora** porque toma varias semanas para que las vacunas contra el COVID-19 sean completamente eficaces. Recibir la vacuna ahora le ayudará a protegerse a usted y a sus seres queridos para el Día de Acción de Gracias y para las próximas vacaciones de invierno. Anime a los miembros de la familia [elegibles](#) a recibir la vacuna contra el COVID-19 lo antes posible. Esto incluye dosis adicionales recomendadas o dosis de refuerzo. Anime a todos a que también se vacunen contra la gripe.
- **Permanezca en su área** hasta que todos los miembros de su hogar estén completamente vacunados. Si viaja con familiares no vacunados, que incluyen niños pequeños, siga la [guía de viaje](#). Esto incluye completar la cuarentena antes de participar en la reunión navideña.
- **Reúnanse al aire libre si es posible**. El exterior es más seguro que el espacio interior, en especial cuando se quitan las mascarillas para comer y beber. Si puede, planee tomar al menos las bebidas y la comida afuera. Si el exterior no es posible o no es práctico, mejore el flujo de aire en el espacio interior. Abra ventanas y puertas, use ventiladores y purificadores de aire portátiles, encienda la calefacción y el aire. Asegúrese de actualizar o reemplazar los filtros (consulte la [hoja informativa del CDPH](#)).
- **Mantenga su reunión pequeña**. Evite mezclarse con muchas familias diferentes. No tenga miedo de preguntar sobre el estado de vacunación de las personas y los riesgos recientes antes de unirse a una reunión de Acción de Gracias.
- **Tome precauciones adicionales** si se reunirá con personas de otras partes del condado o de diferentes [bajo su riesgo de contraer COVID-19](#). Planee hacerse una prueba viral lo más cerca posible del evento. Con este fin, podría utilizarse una prueba de detección rápida, que incluye una autoevaluación. Si se realiza una prueba de PCR de laboratorio, asegúrese de que el resultado llegue a tiempo.

TENGA UN DÍA DE ACCIÓN DE GRACIAS SEGURO DE COVID

Guía para familias e individuos



En el Día de Acción de Gracias (o cuando comience su reunión)

- **Manténgase alejado si está enfermo.** Si está enfermo, tiene síntomas o tiene un resultado positivo, manténgase alejado de los demás. No organice ni asista a la reunión en persona.
- **Hágase la prueba** con una prueba rápida de COVID-19 antes de reunirse con otros. Esta capa adicional de precaución es una buena idea si se reúne con personas que tienen un riesgo alto de contraer enfermedades graves por COVID, en especial si usted u otros en la reunión no están completamente vacunados o han estado en lugares cerrados con aglomeraciones en las últimas dos semanas.
- **Use mascarillas** cuando se reúna en espacios interiores con personas que no sean de su hogar, excepto al comer y beber. Lleve una mascarilla para usar afuera si hay mucha gente en la reunión, en especial si es con personas que no están vacunadas o que tienen un mayor riesgo de contraer enfermedades graves ([adultos mayores](#) y personas con [ciertas afecciones médicas](#)). Aprenda cómo aprovechar al máximo su mascarilla en ph.lacounty.gov/masks.
- **Mantenga la distancia mientras come**, a menos que todos estén completamente vacunados. Coloque las mesas de modo que las personas se sienten con otras personas del mismo hogar siempre que sea posible y proporcione distancia entre los miembros que no pertenecen al mismo hogar. Esto es especialmente importante si se come en espacios interiores.
- **Mantenga sus manos limpias.** Lávese las manos antes y después de preparar la comida. Tenga desinfectante de manos disponible para los huéspedes. Recuerde a los niños que no deben tocarse la cara ni comer con las manos sucias. Considere tener personas asignadas que sirvan, para así reducir la cantidad de personas que tocan los cubiertos compartidos antes de comer.



Gracias por ayudar a reducir el riesgo de COVID-19 para la familia, amigos y todos los miembros de la comunidad. ¡Que tenga un feliz y seguro Día de Acción de Gracias!

Obtenga más información sobre cómo mantenerse a salvo y prevenir la propagación en ph.lacounty.gov/reducerrisk

VACÚNESE

Para encontrar una vacuna contra el COVID-19 gratuita cerca de usted, visite VaccinateLACounty.com y haga clic en "[Cómo vacunarse](#)" o llame al Centro de atención telefónica sobre vacunas de Salud Pública al **833-540-0473**, abierto todos los días de **8:00 A.M. a 8:30 P.M.** No se necesita cita en muchos lugares y el transporte gratuito puede estar disponible. No necesita seguro y no se le preguntará sobre su estado migratorio. La vacunación en el hogar está disponible para las personas confinadas en el hogar.

Para encontrar vacunas contra la gripe cerca de usted, llame a su médico o farmacia local o llame a la línea de información del Condado de Los Ángeles al 2-1-1 (puede preguntar por ubicaciones donde las vacunas contra la gripe son gratuitas o de bajo costo). Consulte "[Dónde puedo vacunarme contra la gripe](#)" para obtener más información.

Si es elegible para una dosis de la vacuna contra el COVID-19 y aún no se ha puesto la vacuna contra la gripe, puede recibirla en la misma visita. Verifique si la clínica de vacunación contra el COVID-19 también ofrece vacunas contra la gripe.

