

FICHA INFORMATIVA
MEDIDAS DE PREVENCIÓN ANTE EL COVID-19 Y QUE HACER EN CASO DE CONTAGIO

I. RESPETE LAS MEDIDAS DE PREVENCIÓN

El Consulado General del Perú en Nueva York insta a toda la comunidad peruana a implementar y respetar las medidas para limitar la propagación del COVID-19 como:

- Quedarse en casa si está enfermo o presenta algún síntoma asociado al COVID-19;
- Mantener la distancia física (por un mínimo de 6 pies o 2 metros);
- Usar siempre mascarilla o cubre boca;
- Desinfectar sus manos constantemente con gel desinfectante o con agua y jabón por un mínimo de 20 segundos.

Asimismo, es importante conocer y, en la medida de lo posible, evitar las zonas de mayor propagación de COVID-19:

- Cluster Action Initiative:
<https://forward.ny.gov/cluster-action-initiative>
- Maps of Cluster Zone:
<https://forward.ny.gov/micro-cluster-strategy>
- COVID-19 Zone Finder:
<https://nycgov.maps.arcgis.com/apps/instant/lookup/index.html?appid=021940a41da04314827e2782d3d1986f>

II. MONITOREE SUS SÍNTOMAS Y HAGASE LA PRUEBA

Conforme a las recomendaciones de las autoridades sanitarias, es importante que monitoree su salud.

Si tiene algunos de los síntomas del COVID-19 durante más de 3 o 4 días, llame al 311 para recibir asesoramiento inmediato. Puede también llamar a los hospitales municipales de su lugar de domicilio para consultar a un doctor.

Para su conocimiento, los síntomas mayormente asociados a este virus son: fiebre o escalofríos, tos, falta de aire o dificultad para respirar, fatiga, dolores musculares o corporales, dolor de cabeza, pérdida del gusto u del olfato, dolor de garganta, congestión o secreción nasal, náuseas o vómitos, diarrea.

En caso presente fuertes síntomas a causa del COVID-19, llame al 911 o busque atención médica de inmediato.

Para su información, estos síntomas de emergencia pueden ser: mucha dificultad para respirar, dolor o presión persistente en el pecho, incapacidad para despertar o permanecer despierto, labios o cara azulados.

¿DÓNDE HACERSE LA PRUEBA?

Las pruebas son completamente gratuitas y recuerde que nunca le consultarán sobre su estado migratorio, además de mantener sus datos personales en estricta confidencialidad. Asimismo, los servicios de atención y pruebas de COVID-19 no son un beneficio público según la regla de carga pública.

Existen diversos centros médicos donde se puede realizar la prueba molecular del COVID19, entre ellos se encuentran disponibles aquellos de la red de hospitales municipales de la ciudad de Nueva York.

Para identificar un centro donde pudiera realizarse la prueba, puede acceder a cualquier de los siguientes enlaces:

El Departamento de Salud del Estado de Nueva York:
<https://coronavirus.health.ny.gov/find-test-site-near-you> (inglés)

La Oficina del Alcalde de la ciudad de Nueva York:
<https://www.nychealthandhospitals.org/covid-19-testing-sites/> (inglés y español)
<https://www1.nyc.gov/site/coronavirus/get-tested/covid-19-testing.page> (inglés y español)

III. QUE HACER EN CASO DE RESULTADO POSITIVO

Si ha dado positivo a una prueba COVID-19 y/o presenta síntomas y/o se siente enfermo, se recomienda firmemente quedarse en casa en cuarentena tanto tiempo como sea posible. En ese sentido, solo salga de casa para recibir atención médica esencial o para satisfacer necesidades básicas como alimentos, si no tiene otra forma de conseguirlas.

Si necesita salir de su casa respete las siguientes recomendaciones:

- Mantener la distancia física (por un mínimo de 2 metros o 6 pies);
- Usar siempre mascarilla o cubre boca;
- Use una cubierta facial para cubrirse la nariz y la boca.
- Lávese las manos antes de salir y use un desinfectante para manos a base de alcohol cuando esté fuera de su casa.
- Cúbrase la nariz y la boca con el brazo o con un pañuelo al toser o estornudar.
- Evite a otras personas tanto como sea posible - camine si puede y no entre en tiendas o medios de transporte llenos de gente.

Puede consultar la siguiente página con recomendaciones adicionales:
<https://www1.nyc.gov/site/doh/covid/covid-19-symptoms-chronic-health-risks.page> (inglés y español)

PROGRAMA DE HOTELES PARA LA CUARENTENA

Si no puede quedarse en su domicilio, puede calificar para aislarse en un hotel de forma gratuita, que incluye alimentación. Estas habitaciones de hotel están pensadas para personas que no tienen un lugar seguro para aislarse en casa o para aquellas que viven con alguien que tiene el virus o que pueden haber estado en contacto cercano con alguien que lo tiene.

Para obtener más información al respecto puede visitar las siguientes páginas:

El Departamento de Salud del Estado de Nueva York:
<https://coronavirus.health.ny.gov/know-your-rights> (inglés)

La Oficina del Alcalde de la ciudad de Nueva York:
<https://www1.nyc.gov/site/helpnownyc/get-help/covid-19-hotel-program.page> (inglés y español)

CENTROS DE REHABILITACIÓN POST-COVID-19

En caso experimente problemas de salud persistentes después de la enfermedad COVID-19 y requiera servicios especializados, hay clínicas de atención post-COVID-19. Puede consultar una lista no exhaustiva de estos centros a través del siguiente enlace:

<https://www1.nyc.gov/assets/doh/downloads/pdf/covid/covid-19-care-clinics.pdf> (inglés)

IV. VACUNA CONTRA EL COVID-19

La vacuna contra el COVID-19 se distribuirá en fases a grupos de personas con mayor riesgo de exposición al COVID-19 o enfermedad grave por COVID-19. La distribución por etapas llevará tiempo, y no se espera que las vacunas estén ampliamente disponibles para todos los neoyorquinos hasta mediados de 2021.

En efecto, según la página del Estado de Nueva York, “el gobierno federal determina cuántas vacunas recibe el Estado de Nueva York. El gobierno federal solo le da a Nueva York aproximadamente 250,000 vacunas por semana para más de 7 millones de personas que son elegibles; como resultado, el suministro es muy limitado.”

Mientras el proceso de vacunación está en marcha, todos los neoyorquinos deben usar mascarilla, respetar el distanciamiento social y evitar reuniones.

¿QUIÉNES PUEDEN VACUNARSE ACTUALMENTE?

Actualmente, la vacuna está disponible para los grupos de la Fase 1a y los grupos iniciales de la Fase 1b: personas de 65 años o más, y trabajadores esenciales, incluidos maestros y trabajadores de la educación, socorristas, trabajadores de seguridad pública, trabajadores de transporte público, trabajadores de supermercados, proveedores de atención médica y personal con contacto directo con pacientes, personal de emergencia, personal de Ubicaciones de prueba y vacunación de COVID-19, asistentes de salud en el hogar, personal de atención a largo plazo y residentes, entre otros.

Para más información sobre las fases y grupos de vacunación puede consultar las siguientes páginas:

El Departamento de Salud del Estado de Nueva York:
<https://covid19vaccine.health.ny.gov/phased-distribution-vaccine#phase-1a---phase-1b> (inglés)

La Oficina del Alcalde de Nueva York:
<https://www1.nyc.gov/site/doh/covid/covid-19-vaccine-eligibility.page> (inglés y español)

SI SOY ELEGIBLE, ¿DÓNDE ME PUEDO VACUNAR?

Para más información sobre centros médicos donde se puede vacunar, puede consultar las siguientes páginas:

El Departamento de Salud del Estado de Nueva York:

<https://covid19vaccine.health.ny.gov/what-you-need-know#check-your-eligibility> (inglés)

La Oficina del Alcalde de Nueva York:

<https://vaccinefinder.nyc.gov/> (inglés y español)

V. OTROS RECURSOS DISPONIBLES

Para más información puede consultar los siguientes enlaces:

El Departamento de Salud del Estado de Nueva York:

<https://coronavirus.health.ny.gov/home> (inglés)

La Oficina del Alcalde de Nueva York:

- <https://www1.nyc.gov/site/doh/covid/covid-19-main.page> (inglés y español)
- <https://www.nychealthandhospitals.org/> (inglés y español)
- <https://portal.311.nyc.gov/> (inglés y español)
- <https://www1.nyc.gov/assets/doh/downloads/pdf/covid/covid-19-medical-care-you-need-sp.pdf> (español)
- <https://www.nyccare.nyc/> (inglés y español)

IMPORTANTE: USTED PODRA ACCEDER A LOS SERVICIOS DE SALUD QUE OFRECEN LA CIUDAD Y EL ESTADO SIN IMPORTAR SU CONDICION MIGRATORIA O RECURSOS.