



## Estamos cambiando la forma en que respondemos a la pandemia de COVID-19. Esto es lo más relevante que debe saber:

El martes 8 de marzo, se cumplieron dos años del [primer caso de COVID-19 que se reportó en el condado de Kitsap](#). Veinticuatro meses y casi 40,000 casos más tarde, nuestro condado todavía está sintiendo los efectos de la pandemia que alteran la vida mientras esperamos una nueva fase esperanzadora de recuperación.

A medida que los casos disminuyen y la presión sobre nuestro sistema de atención médica disminuye, **las agencias de salud pública, incluido el Distrito de Salud Pública de Kitsap, están tomando medidas cuidadosas para reducir las actividades de respuesta de emergencia y pivotar gradualmente para abordar el COVID-19 como un riesgo de salud continuo.**

Para Kitsap Public Health y el Centro de Operaciones de Emergencia de Kitsap, este cambio incluye:

- **Reducir las operaciones de pruebas por automóvil**, mientras se pone a prueba un nuevo modelo para proporcionar acceso a largo plazo a las pruebas (más sobre este esfuerzo en el boletín abajo). Las pruebas siguen estando disponibles en muchos sitios de nuestro condado y las pruebas en el hogar están disponibles de parte del gobierno y establecimientos comerciales.
- **Reducir las clínicas de vacunación contra COVID-19 administradas por KPHD**, al tiempo que continúa brindando oportunidades de vacunación para niños de 5 años y mayores en St. Michael Bremerton y ubicaciones emergentes. Nuestro equipo de vacunación continúa apoyando a los proveedores de atención médica que ofrecen la [vacunación contra COVID-19](#) en la comunidad.
- **Priorizar las investigaciones de casos y el rastreo de contactos** para enfocarse en prevenir la propagación de COVID-19 en entornos de alto riesgo, incluidos centros de atención a largo plazo, centros de convivencia, guarderías y escuelas.

- El Distrito de Salud Pública de Kitsap ahora está actualizando su [Informe de Vigilancia de COVID-19](#) una vez a la semana, cada jueves. El informe se actualizaba previamente todos los días de la semana. Reducimos la frecuencia de las actualizaciones de datos porque hay menos casos, hospitalizaciones y brotes de COVID-19 en la comunidad. Si tiene preguntas sobre COVID-19 o nuestros informes de datos, llámenos al 360-728-2218.

Estamos monitoreando de cerca las tendencias de COVID-19 y mantenemos la capacidad de ampliar las actividades de respuesta de emergencia si la actividad de la enfermedad se intensifica en el futuro.

## ¿QUÉ SIGNIFICA ESTE CAMBIO PARA LOS MIEMBROS DE LA COMUNIDAD?

**A medida que las actividades de respuesta de emergencia terminan, cada uno de nosotros, como miembros de la comunidad, tendremos que tomar decisiones para proteger nuestra salud y la salud de las personas que nos rodean.** Esto ha sido cierto desde el inicio de la pandemia, pero será cada vez más importante a medida que las intervenciones gubernamentales se reviertan.

Las opciones saludables incluyen:

- **Mantenerse al día con las vacunas.** Las vacunas y las vacunas de refuerzo ofrecen la mejor protección contra COVID-19. La vacunación sigue estando ampliamente disponible en farmacias, clínicas y consultorios médicos. Obtenga más información en [nuestra página de vacunas](#) o llámenos al **360-728-2219** o **para español 360-728-2218**.
- **Quedarse en casa y hacerse la prueba cuando esté enfermo o expuesto a COVID-19.** Las pruebas siguen disponibles en farmacias, clínicas y sitios de prueba. Las pruebas en el hogar se pueden [pedir](#) sin costo al gobierno o comprarlas en centros comerciales (si tiene seguro, su plan de salud cubrirá el costo). Kitsap Public Health ha entregado 28,000 pruebas a organizaciones locales de servicios sociales y ha ordenado la distribución de otras 40,000 pruebas.
- **Seguir las directrices de salud pública si da positivo o está expuesto a COVID-19.** Revise la guía de los CDC para el [aislamiento o la cuarentena](#) y notifique a las personas con las que ha estado en contacto cercano si cree que tiene COVID-19. Si tiene preguntas sobre la orientación o necesita informar un resultado positivo de la prueba en el hogar, llame al **800-525-0127**. Si necesita recursos para ayudarlo a aislarse o ponerse en cuarentena de manera segura, llame a Kitsap Public Health al **360-728-2218 para español, 360-728-2219 para ingles**.
- **Manténgase preparado.** Mantenga a mano un suministro de kits de prueba en el hogar y máscaras de alta calidad para su hogar. Las mascarillas están disponibles sin costo en algunas farmacias y minoristas de la cadena. Kitsap Public Health ha entregado más de 60,000 mascarillas de alta calidad a organizaciones de servicios sociales para distribuir las en la comunidad.
- **Evitar situaciones de alto riesgo. Use una mascarilla o distanciamiento según sea necesario.** Los entornos interiores llenos y mal ventilados aumentan el riesgo de contraer COVID-19 y otras enfermedades respiratorias. Se requerirán máscaras en espacios públicos

interiores en Washington hasta el 11 de marzo. Sin embargo, cualquiera puede optar por usar una mascarilla o darse espacio adicional de los demás para mayor protección. Es especialmente importante evitar situaciones de riesgo y tomar medidas adicionales para proteger su salud si tiene un [mayor riesgo de enfermedad grave](#).

- **Seguir las "reglas de la casa" y ser amable con los demás.** A medida que se relajan las restricciones de COVID-19 las empresas y organizaciones individuales aún pueden establecer reglas para promover la prevención de COVID-19. Los miembros de la comunidad tomarán decisiones individuales para proteger su salud. Sigue las reglas del espacio en el que te encuentras y sé considerado con las personas que te rodean.

Si tiene preguntas, comuníquese con nosotros al 360-728-2218 para español o 360-728-2219 para inglés o envíe un correo electrónico a [pio@kitsappublichealth.org](mailto:pio@kitsappublichealth.org).