



29 de Abril, 2020

ACTUALIZACION COVID-19 – del Condado de Lincoln, NC

Lincolnton, NC –

Los siguientes recuentos se basan en los datos reportados al Departamento de Salud de Lincoln a partir de hoy:

Datos específicos del Condado de Lincoln-COVID-19				
Pruebas en Total	Casos Positivos Activos	Casos Positivos-Recuperados	Casos Negativos	PUIs
735	7	20	703	5

- Un caso activo positivo es una persona con resultado positivo en un laboratorio y permanece en aislamiento hasta que se dé de alta.
- Un caso positivo recuperado es una persona que dio positivo en un laboratorio pero ahora ha cumplido con los criterios estatales para ser dado de alta.
- Un caso negativo es una persona con resultado negativo en un laboratorio
- Una PUI es una persona que fue evaluada con la prueba COVID-19 y se auto aísla hasta que se reciben los resultados de la prueba.

→ **La próxima actualización de datos de COVID-19 del Condado de Lincoln será publicada el 1 de Mayo, 2020.**

¿Cómo puede protegerse a sí mismo y a los demás de la propagación del coronavirus?

SABER CÓMO SE PUEDE PROPAGAR

Se cree que el virus se propaga a través del contacto de persona a persona de las siguientes maneras:

- Entre personas que están en estrecho contacto entre sí (dentro de aproximadamente 6 pies).
- Por gotas respiratorias que se expulsan cuando una persona infectada tose, estornuda o habla.
- Algunos estudios recientes sugieren que puede ser diseminado por individuos asintomáticos.

LAVESE LAS MANOS CON FRECUENCIA

Lávese las manos con agua y jabón durante al menos 20 segundos, especialmente después de haber estado en un lugar público o sonarse la nariz, toser o estornudar. Si no hay agua y jabón disponibles, use desinfectante de manos que contenga al menos 60% de alcohol y frote hasta que se sientan secas.

EVITE EL CONTACTO CERCANO

Manténgase alejado de las personas que están enfermas y quédese en casa tanto como sea posible. Mantener la distancia de las personas es importante porque algunas personas sin síntomas pueden ser capaces de propagar el virus.

UTILIZE UNA MASCARA DE TELA CUANDO ESTE CERCA DE OTROS

Todos, mayores de 2 años, deben usar una máscara de tela cuando están en público y continuar practicando el distanciamiento social. La máscara de tela ayudará a reducir la propagación de la infección. Para obtener instrucciones para hacer su propia cubierta facial, visite: <https://bit.ly/2zjTQpJ>

CUBRA SU TOS Y ESTORNUDOS

Use un pañuelo cuando tose o estornude, o utilice el interior del codo si no hay un pañuelo disponible. Tire los pañuelos usados a la basura y lávese inmediatamente las manos.

LIMPIE Y DESINFECTE

Limpie y desinfecte las superficies que se tocan con frecuencia diariamente. Si las superficies están visiblemente sucias, límpielas con agua y jabón antes de la desinfección, luego use un

desinfectante doméstico para limpiar superficies.

Que debe hacer si está enfermo?

QUEDESE EN CASA EXCEPTO SI NECESITA ATENCION MEDICA

La mayoría de las personas que contraen COVID-19 se recuperan sin necesidad de atención médica. Cuidese y manténgase en contacto con su doctor mientras evita lugares públicos.

SEPARATE DE OTRAS PERSONAS Y MASCOTAS EN SU HOGAR

Quédese en un cuarto específico alejado de otras personas y mascotas y use un baño separado si está disponible. Use una máscara de tela para cubrirse la cara si debe estar cerca de personas afuera de su casa

SABER CUANDO BUSCAR ATENCION MEDICA

Para síntomas leves, llame antes de visitar a su doctor. Si usted tiene cualquier síntoma severo o síntomas de emergencia, busque atención médica inmediatamente llamando a su doctor o al 911.

SABER CUANDO PUEDE DEJAR DE AISLARSE

Si usted está enfermo con COVID-19 o cree que podría tenerlo, debe quedarse en casa y separarse de las otras personas en el hogar tanto como sea posible. Usted puede salir de su casa después de que estas tres cosas hayan pasado:

1. Ha pasado por lo menos 72 horas sin fiebre sin tener que usar medicamento para reducir la fiebre.
2. Han pasado por lo menos 72 horas desde que sus síntomas respiratorios (e.g., tos, dificultad al respirar) ha mejorado.
3. Han pasado por los menos 7 días desde que aparecieron los síntomas por primero.

Se está sintiendo triste o estresado?

SABER COMO AFRONTAR EL ESTRÉS CAUSADO POR EL BROTE COVID-19

COVID-19 ha demostrado ser muy estresante para muchas personas. Miedo y ansiedad sobre la enfermedad, junto con cambios recientes de la vida puede causar emociones fuertes en adultos y niños.

- Tome descansos de ver y leer noticias del coronavirus.
- Cuide de usted mismo practicando respiración profunda o meditación, comiendo sano, ejercicio, durmiendo lo adecuado y sacando tiempo para relajarse.
- Conéctese con otros y hable con amigos y familiares sobre cómo se siente.
- Si se siente agobiado o le gustaría hablar con un consejero, por favor llame Hope4NC a la línea de ayuda para servicios gratis y confidenciales al **1-855-587-3463**.

Continúe al tanto con los comunicados de los representantes locales, estatales y federales:

- Para actualizaciones específicas acerca del Condado Lincoln sobre COVID-19: <https://bit.ly/2X9N9R8> y www.LincolnCounty.org/health
- Para una Guía de Recursos de COVID-19 del Condado Lincoln, visite: <https://bit.ly/3bAeAbf>
- Para información Estatal y Federal acerca del COVID-19: [CDC](https://www.cdc.gov) y [NCDHHS](https://www.ncdhhs.gov).

Para preguntas e inquietudes sobre su riesgo de COVID-19, utilice los siguientes números:

- Departamento de Salud del Condado Lincoln triage línea, Lunes-Viernes, 8am-5pm: 704-736-8510.
- Atrium Health triage línea, 24/7: 704-512-5700
- Novant Health triage línea, 24/7: 877-499-1697
- Marque 211 o llame a NC Coronavirus Línea de Ayuda, 24/7: 1-866-462

Contactos de Prensa

Kellie Hardin, Lincoln County Health
kchardin@lincolncounty.org
(704) 735-3001

Ronnie Rombs, Lincoln County PIO
rdrombs@lincolncounty.org
(704)685-2559