



## **GUÍA Y RECOMENDACIONES PARA CELEBRACIONES:**

### **Día de los Muertos**

*Actualizada el 14 de octubre de 2020*

La celebración del Día de los Muertos es una tradición cultural observada por muchos Nevadenses y al estar en medio de la pandemia de COVID-19, es fundamental que hagamos todo lo posible para minimizar el riesgo de contagio y propagación del virus mientras nos divertimos durante esta ocasión especial.

Muchas actividades que forman parte de celebraciones tradicionales pueden parecer de bajo riesgo porque se llevan a cabo en lugares al aire libre o con interacciones breves. Sin embargo, cuando muchas personas participan en actividades de bajo riesgo al mismo tiempo, aumenta la posibilidad de que la enfermedad se propague por todo el estado.

#### **MEJORES PRÁCTICAS**

- Reuniones al aire libre generalmente son más seguras que reuniones en espacios interiores.
- Es más seguro estar en grupos pequeños que en grupos grandes. Evite las multitudes.
- Reuniones breves son más seguras que reuniones largas.
- Es más seguro reunirse con personas que usan constantemente un cubrebocas, mantienen distanciamiento físico, y siguen todas las recomendaciones de prevención.
- Participar en actividades virtuales es la opción más segura.
- El uso de un cubrebocas que cubra completamente su nariz y boca, lavarse las manos constantemente, y mantener distancia al estar en lugares públicos o alrededor de persona que no forman parte de su hogar.
- Mantener seis pies de distancia con personas que no forman parte de su hogar.
- Lavarse las manos constantemente.
- Evitar tocarse la cara, nariz, boca y ojos si no tiene las manos limpias o sanitadas.
- Ser consciente del uso del alcohol o drogas ya que pueden afectar el juicio causando el aumento de comportamientos de alto riesgo.
- Quedarse en casa y evitar el contacto con otros si:
  - Recientemente fue diagnosticado con COVID-19 y se encuentra en el periodo de aislamiento.
  - Esta esperando resultados de una prueba de COVID-19.
  - Esta enfermo, tiene síntomas de infección respiratoria o cualquier síntoma de COVID-19.
  - Si algún miembro de su hogar muestra síntomas de una infección respiratoria o cualquier síntoma de COVID-19.
  - Ha sido expuesto a una persona que haya sido diagnosticada con COVID-19 y se encuentra en un periodo de cuarentena.
  - Cree haber sido expuesto recientemente a COVID-19 o ha tenido contacto con una persona que contrajo COVID-19.



## Road to Recovery: Moving to a New Normal

Es responsabilidad de todos los Nevadenses tomar consideraciones para ayudar a reducir el riesgo de infección, no solo para usted y su familia, sino también para la comunidad. Aquí se incluyen más ideas de como celebrar de una forma más segura.

**RECUERDE SIEMPRE:** *En general, es mas alto el riesgo de contraer y propagar el virus de COVID-19 al tener contacto con mas personas, con poco distanciamiento y por periodos largos. Espacios interiores son más riesgosos que espacios al aire libre porque es más difícil mantener distanciamiento de seis pies adentro y la ventilación de espacios cerrados no es tan buena como en el exterior.*

### RECOMENDACIONES GENERALES

*Las siguientes recomendaciones generales para celebrar el Día de los Muertos son consistentes con las recomendaciones del Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en Ingles).*

#### **Siga las Recomendaciones Locales**

Al prepararse para su celebración del Día de los Muertos, se les recomienda a los residentes y visitantes del estado de Nevada acudir a las autoridades sanitarias locales para obtener la información más actualizada. Cada condado tiene la tarea de evaluar su situación actual para determinar como proceder con celebraciones del Día de los Muertos de forma segura.

#### **Protéjase y Proteja a Otros en su Comunidad.**

Independientemente de donde viva en Nevada, para ayudar a protegerse a usted, a su familia y a otros en su comunidad, no participe en actividades en persona, incluyendo regalar dulces, si:

- Recientemente fue diagnosticado con COVID-19 y se encuentra en el periodo de aislamiento.
- Esta esperando resultados de una prueba de COVID-19.
- Esta enfermo, tiene síntomas de infección respiratoria o cualquier síntoma de COVID-19.
- Si algún miembro de su hogar muestra síntomas de una infección respiratoria o cualquier síntoma de COVID-19.
- Ha sido expuesto a una persona que haya sido diagnosticada con COVID-19 y se encuentra en un periodo de cuarentena.
- Cree haber sido expuesto recientemente a COVID-19 o ha tenido contacto con una persona que contrajo COVID-19

Si usted o alguien en su hogar tiene mayor riesgo de enfermarse gravemente con COVID-19, se le recomienda que considere los riesgos y beneficios de diferentes actividades.

### ACTIVIDADES POR NIVEL DE RIESGO: Día de los Muertos

El Centro de Control y Prevención de Enfermedades (CDC por sus siglas en Ingles) también emitió las siguientes recomendaciones.

**NOTA:** *Si hay la posibilidad de que se produzcan gritos, es recomendable mantener mayor distancia física. Mientras mas grande la distancia, menor es el riesgo de propagación de un virus respiratorio.*

#### **Actividades de Riesgo Menor**



## Road to Recovery: Moving to a New Normal

Actividades de riesgo menor son alternativas mas seguras y recomendadas por el Departamento de Salud y Servicios Humanos de Nevada:

- Preparar recetas tradicionales para familiares y vecinos, especialmente para personas con mayor riesgo de enfermarse gravemente con COVID-19, y llevarles la comida sin hacer contacto físico.
- Tocar la música preferida de sus queridos difuntos.
- Decorar calaveras o preparar un altar para sus queridos difuntos.
- Poner almohadas y cobijas para sus difuntos.
- Participar en una celebración virtual.

### **Actividades de Riesgo Moderado**

- Organizar un desfile **pequeño** de disfraces **al aire libre**, con rutas predeterminadas y marcadas para mantener distancia segura de por lo menos 6 pies entre los participantes.
- **Visitar y decorar las tumbas de sus queridos difuntos** solo en compañía de miembros de su mismo hogar y manteniendo por lo menos 6 pies de distancia con otros grupos de personas que se encuentre en la misma área.
- Organizar o asistir a una cena pequeña al aire libre con familiares o amigos que vivan cerca de usted manteniendo más de 6 pies de distancia.
  - Reduzca el riesgo siguiendo las recomendaciones emitidas por el DCD para organizar encuentros o comidas al aire libre.

Si planea llevar a cabo una reunión grande, debe seguir todos los requisitos descritos en la [Guía de Nevada Para Reuniones Seguras](#), emitidas de acuerdo con la Directiva 033. Consulte la siguiente "Guía para planificaciones de eventos" que forma parte de este documento.

### **Actividades de Alto Riesgo**

El **CDC recomienda que evite** las siguientes actividades de alto riesgo para ayudar a prevenir la propagación del virus de COVID-19.

- Asistir a celebraciones que se lleven acabo en espacios interiores donde se encuentren personas cantando.
- Participar en reuniones o eventos en espacios interiores y con mucha gente.
- Tener cenas grandes con personas que provienen de otros lugares, fuera del área local.
- El uso de alcohol o drogas ya que pueden afectar su juicio causando el aumento de comportamientos de alto riesgo.

## **GUÍA PARA PLANIFICACIONES DE EVENTO**

- Siga las ordenes y restricciones establecidas por las autoridades estatales y locales.
- Requiera reservaciones programadas para limitar el número de ocupantes, filas y la congestión de personas.
- Crea el flujo unidireccional de personas, incluyendo letreros dando señales y indicando el distanciamiento requerido.
- Recuérdeles a los participantes antes del evento que se deben quedar en casa si han sido expuestos o diagnosticados con COVID-19, o si se encuentran en cuarentena.
- Utilice letreros recordándole a los participantes que deben usar cubrebocas, mantener distanciamiento físico y lavarse las manos.



## Road to Recovery: Moving to a New Normal

- Instale estaciones para lavarse las manos.
- Elimine artículos de contacto común.
- Considere usar exclusivamente espacios al aire libre.
- Requiera el use de cubrebocas en todo momento, excepto al beber o comer.
- Para la lista completa de guías y requisitos, consulte la [Guía de Nevada Para Reuniones Seguras](#).

### QUÉ HACER SI TE SIENTES ENFERMO O PUEDES HABER SIDO EXPUESTO

Si participaste en un evento de celebración del Día de los Muertos y has empezado a sentirte enfermo o piensas que fuiste expuesto:

1. Toma precaución por los siguientes 14 días, esto incluye quedarse en casa lo más posible.
2. Limita interacciones con personas con mayor riesgo de enfermarse gravemente.
3. Hazte la prueba de COVID-19, visita esta [pagina](#) para encontrar un sitio de pruebas cerca.

Si presentas síntomas o eres diagnosticado con COVID-19, comunícate con tu proveedor de salud y sigue las recomendaciones emitidas por la CDC sobre qué hacer si te encuentras enfermo:

- Si has sido identificado como un contacto cercano con un paciente con COVID-19, póngase en cuarentena por un mínimo de 14 días, incluso si no muestra síntomas.
- Si se encuentra esperando resultados de una prueba de COVID-19, permanezca en cuarentena mientras espera los resultados.
- Si es diagnosticado con COVID-19, será contactado por el Departamento de Salud o por la autoridad de salud local que se encuentra dentro de la jurisdicción donde vive.
  - Se le harán preguntas sobre su salud, sobre sus contactos recientes, y sobre los lugares al los cuales haya visitado para identificar aquellas personas que deban ponerse en cuarentena. Su información será confidencial.

### RECURSOS ADICIONALES

- [State of Nevada Guidance for Safe Gatherings](#)
- [State of Nevada Guidance for Private Residential Gatherings](#)
- [State of Nevada Face Covering Guidance](#)
- Centers for Disease Control and Prevention: [COVID-19 Holiday Celebrations](#)
- Centers for Disease Control and Prevention: [Hosting gatherings or cookouts](#)