

Este mensaje está publicado en inglés, русский, soomaali, español, 简体中文, tiếngviệt en: <https://www.oregon.gov/dhs/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/messages.aspx>

23 de diciembre de 2021

Para: Individuos, familias, proveedores y socios
De: Lilia Teninty, Directora, Oficina de Servicios para Discapacidades del Desarrollo (ODDS)
Asunto: Permanecer a salvo en esta temporada de festividades

La gobernadora Kate Brown, Oregon Health Authority (OHA) y la Universidad de Salud y Ciencias de Oregon (OHSU) compartieron recientemente [información preocupante](#) sobre la propagación prevista de COVID-19 en Oregon dada la nueva variante Ómicron.

La variante Ómicron parece ser más contagiosa. Se espera que aumenten los casos de COVID-19. Este es un recordatorio para que usted se mantenga saludable y a salvo, particularmente en esta temporada de festividades.

- **Vacúnese tan pronto como pueda.** [Asegúrese de que sus hijos reciban la vacuna si son elegibles.](#)
- **Póngase la vacuna de refuerzo.** [Si su última vacuna fue por lo menos hace seis meses](#) (o dos meses para la de Johnson & Johnson), póngase la vacuna de refuerzo de inmediato. Con apenas tres semanas antes de que empiece el brote previsto y con dos semanas para que la vacuna de refuerzo sea completamente eficaz, ahora es el momento de actuar.

Planifique con anticipación para viajar seguro en sus vacaciones durante el COVID-19

- 1 Tome más precauciones antes de visitar a las personas con mayor riesgo de infección o enfermedades graves.
- 2 Vacúnese y si es elegible reciba una dosis de refuerzo.
- 3 Hágase una prueba para detectar el COVID-19 antes de viajar para proteger a las personas que está visitando.
- 4 Asegúrese de usar su cubre bocas bien ajustado.
- 5 Después del viaje, monitoree su salud por síntomas de COVID-19.
- 6 Si tiene algún síntoma de COVID-19, hágase una prueba lo antes posible y manténgase alejado de los demás hasta recibir los resultados de sus pruebas para detectar el COVID-19.

 Oregon Health Authority



¿Qué más puede hacer?

- Póngase el cubrebocas adecuadamente en los espacios interiores o en espacios concurridos al aire libre. Se les recuerda que se requieren cubrebocas para todos los proveedores de discapacidades del desarrollo, a excepción de los proveedores que vivan con la persona a la que apoyan. Esta política incluye a tanto a los trabajadores de apoyo personal y a los proveedores independientes como a los profesionales en salud del comportamiento.
- Hágase la prueba de COVID-19 antes y después de viajar. Hágales seguimiento a los síntomas
- Si va reunirse con personas que corren un riesgo de infección de COVID-19 más alto, tome precauciones mayores como, por ejemplo, ponerse un cubrebocas KN95 o N95.

Usted puede encontrar su primera, segunda y tercera vacuna o vacuna de refuerzo, en [los lugares de vacunación masiva de Oregon](#). También puede encontrar [otros lugares para vacunarse](#) cerca de usted. Comuníquese con su coordinador de servicios o agente personal para que le ayude a obtener la vacuna de refuerzo o para programar una cita para vacunarse. También hay vacunas disponibles en las farmacias, los consultorios médicos y las clínicas de vacunación.

Usted también puede llamar al 211 o al 1-866-698-6155 o escribir a help@211info.org. Las vacunas contra el COVID-19 son gratis.

La información de la ODDS sobre las políticas del COVID-19 y las guías para trabajadores se indican por retransmisión en [PT-20-074](#).

Agradezco todo lo que las personas con discapacidades intelectuales o del desarrollo, los familiares, los proveedores y los administradores de casos están haciendo para respaldar la salud y la seguridad. Les deseo una temporada de festividades saludable y segura.

Atentamente,



Lilia Teninty

Directora

Oficina de Servicios de Discapacidades del Desarrollo

Los mensajes anteriores de la directora de la ODDS están disponibles en <http://www.oregon.gov/DHS/SENIORS-DISABILITIES/DD/Pages/messages.aspx>

Síguenos en Facebook @oegonDHS.IDD o en Twitter @OregonODDS y [explore nuestro sitio web.](#)

Usted puede obtener este documento en otros idiomas, en letra grande, braille o en un formato que usted prefiera. Comuníquese con la Oficina de Servicios de Discapacidades del Desarrollo de Oregon en el 503-945-5811. Aceptamos llamadas de todas las formas de servicios de retransmisión para personas sordas, sordo ciegas, con dificultades auditivas o que tienen una discapacidad del habla. Para obtener más información sobre los proveedores de servicios de retransmisión, visite www.oregonrelay.com o www.fcc.gov/encyclopedia/trs-providers.