



Orientación provisional para reuniones sociales privadas

(26 de marzo de 2021)

Pautas para reuniones sociales privadas: Cualquier escenario en el que las personas se reúnan representa un riesgo de transmisión de COVID-19. Esto incluye reuniones sociales privadas en Carolina del Norte, como comidas al aire libre o reuniones festivas.

Conceptos básicos

- Mantenga la reunión al aire libre.
- Use una mascarilla en todo momento
- Obtenga su vacuna contra el COVID-19 tan pronto como esté disponible. Encuentre su lugar para recibir sus vacunas y proveedores de vacunas en el sitio web [Find Your Spot de NCDHHS](#)
- No organice ni asista a una reunión si:
 - ha sido diagnosticado con el COVID-19.
 - Está esperando los resultados de la prueba COVID-19
 - Está sintiendo [síntomas](#) de COVID-19
 - El departamento de salud local le ha dicho que se ponga en cuarentena o se aísle, o
 - Es posible que haya estado expuesto a alguien con COVID-19
- Ninguna reunión debe exceder los límites actuales de las reuniones masivas. Actualmente, las reuniones que sobrepasan estos límites están prohibidas en todo el estado para poder frenar la propagación de COVID-19. Sin embargo, el virus también se puede propagar en grupos más pequeños.
- Al decidir cuántas personas puede invitar a su reunión, considere la cantidad de espacio que tiene y la capacidad de mantener el distanciamiento social durante el evento.
- Las personas con alto riesgo de complicaciones por COVID-19 (por ejemplo, personas mayores de 65 años o con afecciones crónicas subyacentes) deben evitar las reuniones sociales y quedarse en casa si no están completamente vacunadas. Si asisten, asegúrese de practicar las 3Ms.
- Considere la posibilidad de organizar eventos virtuales o tener una opción virtual para las personas que corren un mayor riesgo de unirse de manera segura desde su hogar.
- Practique las 3Ms ([Mascarilla](#), [Mantener](#), [Manos](#)) durante el evento: usar una Mascarilla, Mantenerse a seis pies de distancia de los demás y lavarse las Manos con regularidad.
 - Recuerde que se requiere usar una mascarilla en el interior cuando está con personas con las que no vive, incluso si visita la casa de otra persona o cuando tiene invitados en su propia casa. Las mascarillas también deben usarse al aire libre si no puede mantener constantemente una distancia de 6 pies de distancia de las personas que no son de su mismo hogar.

Las personas que están completamente vacunadas

DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS

Dos semanas después de recibir su dosis final de vacuna contra el COVID-19 (la segunda dosis por Pfizer o Moderna o la dosis única por Johnson & Johnson):

- Las personas pueden reunirse en el interior con otras personas completamente vacunadas sin usar una mascarilla.
- Las personas pueden reunirse en el interior con personas no vacunadas de otro hogar (por ejemplo, visitar a familiares que viven juntos) sin mascarillas, a menos que alguna de esas personas o cualquier persona con la que vivan tenga un mayor riesgo de contraer una enfermedad grave de COVID-19.
- Para reuniones con personas de varios hogares, debe continuar usando una mascarilla, distancia social y, si es posible, trasladar la reunión al aire libre.
- Las personas aún deben usar una mascarilla cuando estén en todos los entornos públicos, como tiendas minoristas o restaurantes.

Para obtener más información, consulte la [Guía provisional del NCDHHS para personas que han sido vacunadas contra COVID-19](#).

Para obtener más información sobre cómo vacunarse y encontrar proveedores de vacunas, visite el sitio web [Find Your Spot](#) de **NCDHHS**.

Organizar una reunión social

Recuerde a los invitados que se queden en casa si están enfermos

- Recuerde a los invitados que se queden en casa si han estado expuestos a COVID-19 en los últimos 14 días o si muestran [síntomas](#) de COVID-19.
- Considere mantener una lista de los invitados que asistieron para posibles necesidades futuras [de seguimiento de contactos](#). Anime a los invitados a descargar la aplicación de notificación de exposición [SlowCOVIDNC](#).
- Dígales a sus invitados qué pasos está tomando para asegurarse de que su reunión sea lo más segura posible.

Fomentar el distanciamiento social

- Organice su reunión al aire libre. Se prefiere que las actividades se realicen al aire libre que en el interior porque es más fácil mantenerse alejado y hay más viento y aire para ayudar a reducir la propagación del virus. Sin embargo, incluso en entornos al aire libre, cuantas más personas interactúen, aumenta el riesgo de transmisión de COVID-19.
 - Si esto no es posible, asegúrese de que la habitación o el espacio esté bien ventilado abriendo las ventanas y puertas en la medida que sea seguro y factible según el clima.
- Disponga mesas y sillas para permitir el distanciamiento social. Las personas del mismo hogar pueden estar juntas en grupos y no es necesario que estén a 6 pies de distancia, solo a 6 pies de otros grupos o familias.
- Si planea actividades para adultos y/o niños, considere aquellas en las que se puede mantener el distanciamiento social, como el arte con tiza en la acera, el hoyo de maíz o el frisbee.
- Cuando lleguen los invitados, minimice los gestos que promuevan el contacto cercano. Por ejemplo, en lugar de dar la mano o abrazar, saludar verbalmente a los invitados.

DEPARTAMENTO DE SALUD Y SERVICIOS HUMANOS

- Tenga cuidado de servir alcohol, ya que es menos probable que los invitados sigan las prácticas de distanciamiento social al beber.

MASCARILLAS DE TELA

- Se requiere el uso de mascarillas en el interior cuando está con personas con las que no vive, incluso cuando visita la casa de otra persona o cuando tiene invitados en su propia casa. Las mascarillas también deben usarse afuera si no puede mantener constantemente una distancia de 6 pies de distancia de los miembros que no son de su hogar.
- Considere proporcionar mascarillas de tela a los invitados o pedirles que traigan las suyas propias.

Lávese las manos con frecuencia.

- Considere proporcionar desinfectante de manos además de tener las áreas claramente marcadas para lavarse las manos.
- Lávese las manos por lo menos 20 segundos al entrar y salir de reuniones sociales. Si no hay agua y jabón disponibles, use un desinfectante para manos que contenga al menos 60% de alcohol.
- Asegúrese de que haya jabón o desinfectante de manos adecuado que contenga al menos 60% de alcohol, toallas de papel y pañuelos desechables disponibles en los baños y anime a los invitados a no formar una fila en la puerta. Considere también proporcionar productos de limpieza que permitan a los invitados limpiar las superficies antes de irse. Retire las toallas de mano que han sido compartidas.
- Recuerde a los invitados que se laven las manos antes de servir o comer alimentos.
- Use toallas de mano de un solo uso o toallas de papel para secarse las manos para que los invitados no compartan una toalla.

Limite la cantidad de personas que gestionan o sirven alimentos

- Anime a los invitados a traer su propia comida y bebida.
- Limite la entrada y salida de personas de las áreas donde se preparan o manejan los alimentos, como en la cocina o alrededor de la parrilla, si es posible. Permita que un hogar se acerque al área de servicio de alimentos a la vez para evitar que se congreguen.
- Si sirve comida, considere la posibilidad de identificar a una persona para que sirva toda la comida, de modo que varias personas no manejen los utensilios para servir. Utilice opciones de un solo uso o identifique a una persona para que sirva los artículos que se pueden compartir, como aderezos para ensaladas, recipientes de alimentos y condimentos, de modo que varias personas no toquen los artículos.

Limite el contacto con superficies que se tocan con frecuencia o artículos compartidos

- Limpie y desinfecte las superficies que se tocan comúnmente (por ejemplo, Manijas de puertas, manijas de lavabos, superficies de baños) antes de que lleguen los invitados y entre usos.
- Limpie y desinfecte cualquier artículo compartido entre usos cuando sea posible.
- Use botes o cubos de basura sin contacto o quite las tapas de los botes de basura para disminuir la cantidad de artículos tocados.
- Use guantes cuando retire las bolsas de basura y/o la deseche. Lávese las manos después de quitarse los guantes.
- Si opta por utilizar artículos compartidos que sean reutilizables (por ejemplo, fundas para asientos, manteles, servilletas de lino), lávelos, límpielos y desinfectelos después del evento.

Asistir a una reunión social

Prepárese antes de ir

- Obtenga su vacuna contra el COVID-19 tan pronto como esté disponible. Encuentre su lugar para recibir sus vacunas y proveedores de vacunas en el sitio web [Find Your Spot de NCDHHS](#).
- Quédese en casa si le han diagnosticado COVID-19, si está esperando los resultados de la prueba de COVID-19, experimenta [síntomas](#) de COVID-19, el departamento de salud local le ha dicho que se ponga en cuarentena o se aisle, o cree que puede haber estado expuesto a alguien con COVID-19.
 - Los invitados que viven con [personas con mayor riesgo](#) también deben considerar el riesgo potencial para sus seres queridos u otras personas que viven en su hogar.
- Consulte con el anfitrión para obtener información actualizada sobre las pautas de seguridad de COVID-19 y si [tiene pasos establecidos](#) para prevenir la propagación del virus.
- Priorice la asistencia a actividades al aire libre sobre las actividades en el interior y permanezca dentro de su área local tanto como sea posible.
- Lleve suministros que le ayuden a usted y a otras personas a mantenerse saludables, por ejemplo, [mascarillas de tela](#) (traer extra), desinfectante de manos con al menos 60% de alcohol y agua potable.

Utilice el distanciamiento social y limite el contacto físico

- Mantenga una distancia de al menos 6 pies o más de las personas que no vivan en su hogar. Tenga especial cuidado en áreas donde puede ser más difícil mantener esta distancia, como áreas de estacionamiento y rutas de entrada y salida.
- Seleccione asientos o determine dónde pararse en función de la capacidad de mantener 6 pies de espacio de las personas que no viven en su hogar, incluso si comerá o beberá.
- Llegue a las reuniones temprano o fuera de las horas pico para evitar aglomeraciones y áreas congestionadas.
- Evite formar una fila en la puerta del baño o usar el baño en momentos de mucho tráfico, como al final de la reunión.
- Tenga en cuenta el consumo de alcohol, ya que esto puede afectar su capacidad para seguir las prácticas de distanciamiento social.

MASCARILLAS DE TELA

- Use una [mascarilla de tela](#) cuando interactúe con otras personas para minimizar el riesgo de transmitir el virus.
 - Recuerde que se requiere usar una mascarilla en el interior cuando está con personas con las que no vive, incluso si visita la casa de otra persona o cuando tiene invitados en su propia casa. Las mascarillas también deben usarse al aire libre si no puede mantener constantemente una distancia de 6 pies de distancia de las personas que no son de su mismo hogar.
- Se recomienda encarecidamente que use mascarillas de tela en entornos en los que las personas puedan alzar la voz, como gritando, o cantando. Estas son actividades que aumentan la liberación de gotitas respiratorias y aerosoles finos en el aire y presentan un mayor riesgo de transmisión de COVID-19.
- Si los invitados necesitan quitarse la mascarilla para comer o beber, se recomienda que se mantengan a una distancia de 6 pies de las personas que no son parte de su hogar y que se pongan nuevamente la mascarilla después de que terminen de comer o beber.

Limite el contacto con superficies que se tocan con frecuencia o artículos compartidos

- Use toallas de papel en lugar de una toalla de mano compartida. Use botes o cubos de basura sin contacto.
- Utilice opciones de pago sin efectivo cuando sea posible.
- Evite cualquier opción de comida o bebida de autoservicio, como bufés y estaciones de condimentos o bebidas.
- Use artículos de servicio de alimentos desechables, incluso utensilios y platos, si están disponibles, o considere traer sus propios platos y utensilios.
- [Lávese las manos](#) con agua y jabón por al menos 20 segundos o use un desinfectante para manos inmediatamente antes de comer o después de tocar cualquier superficie común como manijas de puertas e inodoros.

Consideraciones para las personas de mayor riesgo que no están completamente vacunadas

- Las personas con alto riesgo de complicaciones por COVID-19 deben evitar las reuniones sociales si no están vacunadas.
 - Las personas de alto riesgo incluyen personas mayores de 65 años o que tienen ciertas [afecciones médicas](#).
- Los invitados de mayor riesgo deben considerar la posibilidad de asistir a los eventos virtualmente, para que puedan permanecer seguros en casa.
- Si las personas de alto riesgo asisten a las reuniones en persona, asegúrese de que todos los invitados practiquen las 3Ms y limiten el número de otros invitados tanto como sea posible.

Después del evento

- Hágase la prueba si ha estado expuesto a alguien con COVID-19, a menos que esté vacunado y no tenga síntomas.
- Hágase la prueba si tiene síntomas de COVID-19.
- Responda la llamada y participe en el rastreo de contactos para protegerse contra una mayor propagación, si recibe una llamada del equipo de la comunidad contra el COVID-19.