

- Buenas tardes. Hoy es miércoles 22 de julio de 2020. Mi nombre es Michelle Shoresman. Gracias por ver la conferencia de prensa de hoy del Condado de San Luis Obispo COVID-19. Esta tarde escucharemos primero de la Directora de Salud Mental del Condado, la Sra. Anne Robin. Y la seguirá el Oficial de Salud del Condado, Dr. Penny Borenstein. Ambos estarán disponibles para preguntas después de sus declaraciones preparadas. Gracias a nuestro intérprete de lenguaje de señas americano, Robin Babb. Y ahora, la directora de salud conductual del condado de SLO, Anne Robin.

Gracias Michelle. Buenas tardes a todos. Ve conmigo. Gracias. Hoy hablaremos un poco sobre el cuidado personal y cómo lidiar con la ansiedad, la frustración, el miedo, la ira, la depresión que muchos de ustedes pueden sentir a medida que la pandemia continúa. Quiero comenzar hablando de nuestros hijos. Es un momento extremadamente difícil para los jóvenes y los padres en nuestro condado. Mientras las escuelas discutían abrir o no abrir, virtual o en vivo, muchas familias se pusieron, nuevamente, en una posición de ansiedad por: "Bueno, ¿qué voy a hacer? ¿Tengo que teletrabajar y cuidar a mis hijos? ¿Cómo ayudo a mis hijos?" Queremos asegurarles a todos que hay mucha ayuda por ahí, pero tengo algunos consejos y algunas orientaciones que me gustaría brindar a los padres y a la comunidad, cómo ayudar a nuestros jóvenes que se están perdiendo un poco de su habitual actividades que habrían realizado en un año escolar regular. Cada uno de ustedes puede ayudar a apoyar a su juventud localmente al validar sus sentimientos, reconocer su dolor y recordarles que se reconocen sus sacrificios. Si bien se están perdiendo de ver amigos e ir a partidos de fútbol, estos pueden no parecer tan importantes para los adultos, pero recuerde que nuestros niños no tienen las experiencias de vida que los adultos tienen, y esas son metas de vida extremadamente importantes para ellos. sus amigos, ir a un partido de fútbol, interactuar, estar en una obra de teatro de la escuela, y todo eso se ha ido para ellos ahora. Eso es realmente importante y tan importante que los adultos en la comunidad, los padres, apoyen a nuestros hijos y les den alternativas. Puede que no estén logrando esas cosas, pero hay muchas otras cosas que pueden lograr. Concéntrese en recordarles a los jóvenes de su vida que este tiempo pasará. No estamos seguros de cuándo, pero lo hará. Este año escolar, ayude a organizar interacciones escolares alternativas para ayudar a continuar honrando los hitos personales y académicos de los estudiantes locales de manera creativa, como tener una pizza familiar el viernes por la noche para celebrar el final del trabajo escolar, programar juegos familiares semanales o eventos deportivos en el patio trasero para sustituir actividades perdidas, como deportes, y permitir reuniones virtuales regulares con amigos. Actividades como estas son vitales para lograr la normalidad

en un momento de tanta incertidumbre. Y para los padres, muchos de ustedes tienen que quedarse en casa. Estás tratando de trabajar desde casa. Estás tratando de descubrir cómo hacer una sesión más de Google o una sesión de Zoom para la escuela de tus hijos. Muchos de ustedes no están preparados para ayudar con el trabajo escolar, ya sea la tecnología o el contenido. Esta bien. Todavía tiene muchas cosas que puede ayudar a enseñar a sus hijos, hacer presupuestos, cocinar, cómo estar tranquilo, cómo programar el tiempo. Todas esas son lecciones importantes de la vida que sus hijos pueden aprender ahora, cuando tal vez no estén recibiendo tanta capacitación académica como lo harían en un año escolar presencial, y todos son valiosos. Para usted, regístrese con llamadas telefónicas amigables, chats de video, correos electrónicos, deje caer una tarjeta de felicitación o un mensaje a un amigo que conozca que puede estar luchando haciendo malabares con su trabajo y sus hijos y todas sus diferentes responsabilidades. Es importante que nos apoyemos mutuamente. Quiero hablar un poco sobre cómo lidiar con su miedo por el aumento del número de casos y algunos consejos para mantener a raya su ansiedad. Comenzamos con solo un respiro e incluso en esta sala, sentí que la gente se relajaba un poco. Recordar respirar, controlarte, es muy importante. Solo tomarse un momento puede ayudarlo a controlar su ansiedad, su miedo, y darle la oportunidad de relajarse. Es natural y está bien tener miedo de los crecientes números positivos de COVID-19 en nuestro condado. Queremos recordar a todos que hay consuelo al saber que no estás solo en tus preocupaciones. Nuestra agencia y muchas otras, incluidos sus vecinos, miembros de la comunidad y líderes espirituales, están disponibles y desean apoyarlo. Recuerda tomar las cosas día a día. Trabaja para establecer y centrar tus sentimientos de incertidumbre. Es importante concentrarse en lo que puede controlar, no en lo que no puede controlar. Puede controlar y concentrarse en su propio distanciamiento físico. Puede controlar la cantidad de noticias y redes sociales en las que participa. Si nota que está muy ansioso cada vez que ve las noticias por quinta vez, no las vea por quinta vez. Ya has obtenido la buena información que necesitabas tener. Date un descanso. Amplíe sus conexiones con sus seres queridos virtualmente. Realice más FaceTimes, llamadas de Zoom o simplemente una llamada telefónica normal. Escucha la voz de un ser querido. Eso es muy sólido y muy solidario en muchas ocasiones. Y luego mantén una rutina diaria. No te quedes en la cama hasta las 11, si puedes. Levántate. Haga su rutina normal, caminar, tomar un desayuno saludable, algunas de las otras cosas que lo mantienen centrado. También queremos decir que puede controlar su estrés saliendo diariamente. Algunas personas sienten que ni siquiera pueden salir. Sí tu puedes. Alentamos y el Dr. Borenstein alienta a las personas a salir para realizar alguna actividad diaria. Es seguro hacerlo. Queremos que respire aire fresco. Vivimos en un condado tan

hermoso. Aprovechate de ello. Haga ejercicio, ya sea en interiores o al aire libre, pasear a su perro, trabajar en el jardín, lo que ayuda a aliviar el estrés y la ansiedad. Nuevamente, limite su uso de las redes sociales. Las personas pueden girar cuanto más leen todos los diferentes rumores y toda la información diferente. Date un descanso. Programe un descanso en las redes sociales todos los días. Puede crear una rutina calmante diaria o nocturna leyendo, meditando, sentándose y respirando profundamente, simplemente sentándose y mirando afuera de una ventana para ver qué sucede afuera sin hacer nada más. Date la oportunidad de hacer eso. Cuida tu mente a través de medios creativos, música, arte, diario, dibujo. Déle a su mente la oportunidad de relajarse de toda la información y simplemente crear. Incluso si soy un artista horrible, pero incluso si solo garabateas, es realmente relajante garabatear. Es por eso que muchos de nosotros lo hicimos en nuestros márgenes cuando estábamos en la escuela. Es un tipo de cosas relajantes y divertidas. Date la oportunidad de ser creativo. Recuerde comer comidas nutritivas. Y finalmente, queremos que usted y sus amigos, familiares y vecinos busquen apoyo, si se sienten estresados o asustados. Somos mucho más fuertes juntos y lo superaremos juntos. Así que gracias por tu tiempo. Lo aprecio. Y se lo entregaré al Dr. Borenstein.

Gracias Anne. Yo, por mi parte, realmente aprecié eso y voy a hacer que mis hijos vean eso de quedarse en la cama demasiado tarde por la mañana. Así que gracias. Así que voy a compartir dónde estamos en términos de la enfermedad, como siempre lo hago. Nuestros recuentos de casos están subiendo. Sin embargo, no todas son malas noticias. Ayer tuvimos 24 casos, pero durante la semana pasada tuvimos un nuevo máximo de 281 en el transcurso de una semana. Tenemos casi mil, ahora 917, de todos nuestros casos desde el principio se han recuperado, lo que representa el 66% o 2/3, pero tenemos un nuevo número alto. Continuamos viendo más personas con enfermedades activas que, con suerte, no están fuera de la comunidad. Todos han recibido órdenes de aislamiento, pero ese número es 457. Tenemos 12 personas en el hospital y cuatro de ellas están en cuidados intensivos. Y también, desafortunadamente, estoy informando que nuestro séptimo individuo ha muerto con COVID-19. El individuo tenía 80 años, ya estaba en cuidados paliativos y luego contrajo COVID-19. Así que ya tenía una serie de problemas de salud, pero COVID-19 vino e infectó a esta persona durante su último período de su vida y nuestras condolencias están con la familia. Así que hablemos de las hospitalizaciones, que como he dicho en muchas ocasiones es nuestra métrica probablemente más importante. Es una indicación no solo de la enfermedad, sino de la gravedad de la enfermedad, que por supuesto es lo que nos preocupa a todos. Entonces, la buena noticia, como dije, fue que nuestras tasas

de hospitalización se han mantenido muy estables durante este período de las últimas dos, tres, incluso semanas más largas de ver aumentar los recuentos de casos. Y francamente, me preguntan todo el tiempo: "Bueno, ¿por qué es eso?" Y no tengo una muy buena respuesta. Por un lado, lo que puedo decir es que las personas que se infectan a menudo comienzan a ver impactos más graves de la enfermedad una semana, 10 días, incluso más. Y entonces podemos estar en un período en el que aún no hemos visto subir nuestras tarifas de hospital, pero eso puede suceder. También puede estar relacionado con la intensidad y el trabajo que estamos haciendo en términos de rastreo de contactos. Continuamos incluso con nuestros altos números y nuestra adición de recursos, para poder contactar a todos nuestros casos dentro de un día, en la mayoría de los casos, y obtener información de contacto y comunicarnos con esos contactos para dar órdenes de cuarentena, preguntar a las personas que tienen tuvieron contacto cercano de casos positivos que se quedaron en casa. Y emitimos la orden de aislamiento a las personas, tan pronto como nos enteramos de que son positivas. Entonces, quizás eso también esté a nuestro favor es nuestra capacidad para identificar a las personas y emitir esas órdenes de aislamiento y cuarentena rápidamente. Pero en algunos casos, vemos que las personas no responden a nuestras llamadas de rastreo de contactos. Así que quiero hacer correr la voz a toda nuestra comunidad de que si recibe una llamada de Salud Pública del Condado de SLO, o creo que incluso dice Rastreo de contactos EOC, responda la llamada. Esto es de vital importancia para nuestra comunidad, que si da positivo en la prueba, se compromete con nosotros para que podamos obtener información de usted, que nos ayudará a comprender mejor la fuente de transmisión, la fuente de infección para usted y también nos ayudará. para entender con quién entre sus contactos puede ser necesario comunicarse con nosotros para emitir esas órdenes de cuarentena y mantenerlas fuera de peligro al ser conscientes de que pueden haber estado expuestos y que necesitan estar al tanto de los síntomas y También deben ser conscientes de que deben quedarse en casa durante ese período de cuarentena de dos semanas porque, si recuerdan, tenemos muchos, hasta 40, 45% de todos los casos que no desarrollan síntomas, pero pueden transmitir la enfermedad. Entonces, todas estas acciones son bastante importantes. Quiero decir, así que una cosa más sobre el teléfono, si ves el identificador de llamadas o estás seguro de que el mensaje proviene de un código de área 805 y 788 o 781. Así sabrás que es legítimo. Tampoco pedimos nunca a la gente información que sea de naturaleza personal. No pedimos números de la Seguridad Social. No pedimos el estado de inmigración. Le dejaremos un mensaje, si no está disponible. Y tenemos un mecanismo para que nos devuelva la llamada. Entonces, con eso, también quiero hablar un poco sobre una estafa de la que nos hemos dado cuenta por la

cual algunas personas reciben llamadas que no son del departamento de salud pública, sino que se identifican como tales. Entonces, estas son personas a las que se les dice: "Han tenido una prueba positiva. Llamo del departamento de salud y estoy aquí para obtener más información". De nuevo, tenga mucho cuidado si no es de 805, 788, 781 y no tiene un identificador de llamadas que lo identifique como Departamento de Salud Pública del Condado o rastreo de contactos. Y la razón por la que pensamos que tal vez esta estafa está sucediendo, hemos contactado a varias personas que nos han contactado y han dicho: "Hola, me llamaron, pero nunca me hicieron una prueba. ¿Cómo es posible que ¿Soy positivo?" Así que estoy viendo y nuestros oficiales de información están viendo en los sitios web, en las redes sociales que estamos contando mal a las personas. Estamos identificando personas que nunca tuvieron una prueba que son positivas. Permítame asegurarle que ese no es el departamento de salud pública, local o en cualquier lugar donde la gente está recibiendo información incorrecta. Esto es simplemente una estafa. Y así, por favor, tenga en cuenta. Puede ser que las personas estén tratando de indicar que Salud Pública no tiene los números correctos. Creemos que es potencialmente de donde viene, pero no estamos contando mal a las personas. Con cada caso que recibimos, obtenemos confirmación de laboratorio de buena fe de un resultado positivo. Así que ten en cuenta eso. Lo último de lo que quería hablar es un poco sobre cómo esta enfermedad se está propagando en nuestra comunidad. Nosotros, en muchos casos, como creo que he mencionado antes, no podemos determinar eso, especialmente si las personas han estado durante el período de tiempo, cuando probablemente contrajeron el virus en muchos lugares diferentes. Por lo tanto, no podemos decir con certeza, para muchos de nuestros casos donde contrajeron la enfermedad, pero continuamos analizando estos números. Y en muchos casos de aquellos para quienes podemos determinar, un número discreto de lugares en los que han estado, o personas con las que han interactuado en una gran cantidad de casos, se trata de personas que han tenido fiestas privadas o reuniones. -reuniones con familiares y amigos y esa es una de las principales razones por las que las personas contraen este virus. También estamos viendo y hemos estado viendo ahora que los bares están cerrados y los restaurantes, no estamos viendo tanto de ese u otro tipo de reuniones muy específicas, como los servicios de adoración. Hemos tenido un número, un número pequeño, un número muy pequeño de la protesta y un número pequeño de las reuniones de la iglesia, pero la mayor proporción son personas que solo están haciendo el tipo de socialización de reunirse en persona que acaba de escuchar de la señorita Robin. igual de bien, no en persona a través de cámaras, audio, tarjetas. Es importante que las personas se conecten, pero no en persona y en grandes cantidades. Entonces, con todos estos casos que estamos viendo en nuestra

comunidad, lo que más nos preocupa es que estamos viendo muchos casos en nuestros individuos jóvenes y estas son personas que pueden no tener ningún síntoma o estar levemente enfermas y continuar se mueven por la comunidad y se mueven por la comunidad en lugares que son más preocupantes e impactan a nuestras poblaciones vulnerables. Por lo tanto, son los adultos jóvenes quienes a menudo son la fuerza laboral en nuestros hogares de ancianos, en otros entornos de vida asistida, en centros correccionales, en una gran cantidad de otros tipos de lugares donde las personas infectadas pueden no luchar mucho con la enfermedad, pero pueden pasarlo a estas poblaciones más vulnerables. Por eso seguimos conduciendo a casa una y otra vez, y nuevamente, lo siento, pero esta es nuestra nueva normalidad en este momento: mantenernos comprometidos con las personas, pero hacerlo a distancia. Hazlo con una cara cubierta, y si estás fuera de casa. Absolutamente quédese en casa cuando esté enfermo. Mantenga su distancia física de los demás. Trabaja de forma remota cuando puedas. E incluso en ese período entre la realización de una prueba en la que le preocupa que tenga síntomas o que sepa que es un contacto cercano de un caso, no espere el resultado de esa prueba. Autoaislamiento hasta que sepa si es positivo o negativo y se considera enfermo hasta que se demuestre lo contrario. Así que quiero decir una palabra sobre lo que está sucediendo en nuestra comunidad con estos cierres y particularmente alrededor de las escuelas y por qué es importante para todos nosotros continuar haciendo nuestra parte para reducir estos números, porque la única forma en que podemos volver a reabrir algunos sectores, y lo más importante en mi mente es que nuestro sistema escolar es girar la curva, aplanar la curva, doblar la curva, llevar nuestros números a un lugar donde no veamos tanta transmisión como lo estamos viendo ahora mismo. Entonces, con respecto al sistema escolar, tenemos, dentro del orden estatal, la oportunidad para que los superintendentes o directores de escuelas presenten una exención de asistencia en persona de niños de primaria. Y estoy empezando a recibir algunos de esos, y vamos a responder, yo y el Dr. Jim Brescia, nuestro superintendente de la Oficina de Educación del Condado. Y la razón por la que está bien en el nivel más joven es porque la información se está volviendo muy clara de que los niños pequeños, particularmente menores de 10 años o menores de 12 años, en la escuela primaria, realmente no contraen esta enfermedad al mismo ritmo o de la misma manera que el resto de la población. Están infectados en cantidades mucho menores biológicamente, y tampoco parecen transmitirse a otras personas. Y así, con respecto a esa población, estamos abiertos a la idea de que los niños de primaria vuelvan a la instrucción en persona de alguna manera, en algunos entornos donde se puedan cumplir todas las demás medidas de protección. En cuanto a los adolescentes y los estudiantes de secundaria y preparatoria, la información es

mucho menos clara sobre las tasas de transmisión y las tasas de infección en esa población. Y así, aunque hay mucha incertidumbre en ese grupo de edad, la orden estatal para el cierre de la escuela no tiene la misma asignación para esos grupos de mayor edad. Así que terminaré hoy recordando a todos que, como escuchó de Anne Robin, y gracias nuevamente por eso, somos una comunidad fuerte y resistente. Vamos a salir de esto. Puede llevar mucho tiempo. Tenemos que hacer estas cosas continuamente que son desagradables, pero tenemos que hacerlo para llegar al otro lado de esta pandemia y lo haremos. Pero gracias por todo lo que todos están haciendo para trabajar como comunidad para superar estos tiempos difíciles. Y con eso, lo entregaré para preguntas.

- [Hombre] Dr. Borenstein, así que si pudieras aclarar muy rápido esa exención con respecto a la educación. Entonces, digamos que el condado recibe esa exención. Imaginaría que dependería de cada distrito escolar individual, de la junta escolar decidir si usan o no esa exención y traen a los niños de la escuela primaria, o si aún podrían continuar en un formato en línea. ¿Está bien?

- Correcto, así que no hay ningún requisito para los estudiantes de primaria de que una escuela busque esta exención, un distrito escolar, en el caso de nuestro sistema público. Pero lo que se requiere para hacer la solicitud es que todos deben estar a bordo. Así que esos son los maestros de escuela, el personal, la comunidad en la que se encuentran las escuelas, los padres, el superintendente, y luego se hace una solicitud de exención para mí mismo y también requiere la participación del departamento de salud del estado para revisar esa solicitud de exención y mire nuestras métricas y mire con franqueza los planes de la escuela y cómo imaginan traer a los estudiantes de regreso en persona con medidas de seguridad establecidas.

- [Hombre] También solo un par de actualizaciones. Creo que fue hace un par de semanas, estabas expresando cierta frustración con las pruebas y el tiempo de respuesta que el condado había estado recibiendo o la gente había estado recibiendo. Si puede actualizar sobre cómo va eso y también la semana pasada, habló sobre los centros de atención asistida y residencial y cómo se estaba convirtiendo en una gran preocupación y cómo ha sido en la semana desde entonces. Entonces, ¿cómo están esos dos?

- Por supuesto. Por lo tanto, la demanda y la capacidad de prueba aún no están bien alineadas en este momento. El estado es consciente de eso. El estado es el Departamento de Salud Pública y Salud y Servicios Humanos. El gobernador volvió

a hablar de eso hoy. Definitivamente, existe la conciencia de que en muchas comunidades, incluidos nosotros mismos, existe una demanda de pruebas que excede nuestra capacidad, tanto en términos de disponibilidad de citas como en términos de tiempo de respuesta de los resultados. Las cosas se han estabilizado. Por lo tanto, no está empeorando, pero estamos esperando soluciones que no podemos proporcionar a nivel local en términos de capacidad de laboratorio ampliada. Nosotros, en nuestro nivel local, continuamos brindando la misma cantidad de pruebas, pero hasta que podamos obtener una respuesta más rápida del laboratorio y realmente administremos la demanda, todavía estamos preguntando en este momento que las personas de bajo riesgo y asintomáticas difieren pruebas. Entonces el segundo, está bien, el segundo

- [Hombre] ¿Están mejorando esos números o qué piensas?

- Si. Así que hemos tenido una serie de brotes en diferentes tipos de situaciones de convivencia colectiva, incluso obviamente, la cárcel ha recibido noticias sobre eso recientemente de que hemos tenido nuestro primer pequeño brote, solo un número muy pequeño de reclusos en este momento, también como diputados correccionales y otros entornos congregados, como centros de atención residencial para ancianos o discapacitados para el desarrollo o nuestros centros de enfermería especializada. Continuamos viendo nuevos brotes semanalmente. Y podemos continuar con nuestra capacidad de laboratorio de salud pública para abordarlos de manera inmediata, haciendo pruebas generalizadas, identificando a las personas infectadas, y las instalaciones han trabajado maravillosamente con nosotros en términos de sus planes para aislar a las personas enfermas, como así como poner en cuarentena los contactos y hemos podido mantenernos al día con la demanda de repetir las pruebas hasta que se despeje una instalación. A partir de ayer, de una docena de este tipo de brotes que hemos tenido, ya hemos eliminado la mitad de ellos. Hasta ahora, podemos seguir el ritmo, pero como me han escuchado decir en muchas ocasiones, esta es una de nuestras áreas más vulnerables y preocupantes. Es por eso que seguimos pidiendo a todos, especialmente si trabajas en una de estas instalaciones, que tomen precauciones adicionales para evitar infectarse y llevarlo a estas instalaciones.

- [Mujer] Dra. Borenstein, ¿hay alguna razón por la cual los hogares de ancianos, el Departamento de Salud Pública del Condado no hayan dado nombres específicos de los hogares de ancianos que, u otras instalaciones de vivienda congregadas que han sido afectadas?

- Sí, en gran medida, a menos que se convierta en un brote realmente grande y otras personas puedan verse afectadas por él, solo en virtud de su conexión con las personas a esa instalación, hacemos lo mismo con las empresas. No damos a conocer si se trata de una comunidad de vivienda particular en la comunidad de trabajadores agrícolas o de la vida asistida o Costco o, lo siento, Costco. Siempre los uso, pero en general, a menos que sea importante para la población en general entender que existe un alto riesgo asociado con una instalación en particular que puede afectar a un gran número de personas, permitimos que todo tipo de empresas tengan sus privacidad y los residentes de esa instalación también.

- [Hombre] Número diario, oh, adelante. Lo siento.

- [Mujer] Oh, entonces habías tocado esto, pero parece que hay muchas más tasas de transmisión desconocidas en este momento, casos con tasas de transmisión desconocidas. ¿Están abrumados los rastreadores de contacto? ¿La gente no contesta la llamada? ¿Qué lleva a eso?

- Entonces, una mayor transmisión en la comunidad y lo que-

- [Mujer] Bueno, es un mayor número de lugares desconocidos, ya sea desconocidos-

- ¿Una fuente?

- [Mujer] Fuente de transmisión desconocida.

- Sí, así que creo que, como mencioné, en muchos de los casos ha habido muchos contactos diferentes durante el período en que la persona fue susceptible o expuesta y, a menudo, es difícil identificar una fuente en particular. Todavía recibimos en gran medida comentarios maravillosos de las personas con las que nos comunicamos, pero a medida que aumentan nuestros números, el número bruto de personas con las que no podemos contactar aumenta un poco y eso nos preocupa, lo que es preocupante para nosotros. Es por eso que hablé hoy acerca de responder la llamada. Es muy importante para toda la comunidad.

- [Hombre] Con las pruebas, con los números que das cada día, ¿qué tan atrás están esos números, como los números que salieron hoy, cuándo se hicieron esos exámenes?

- Oh, hoy es positivo, ¿cuándo fueron probados?

- [Hombre] Aproximadamente.

- Entonces, sí, hay un rango de tiempo de respuesta ya que nuestro laboratorio de salud pública tiene un tiempo de respuesta de uno a dos días. Y así, cuando hacemos pruebas en esas instalaciones de mayor riesgo, obtenemos esas respuestas muy rápidamente. A veces se trata de pacientes hospitalizados, pacientes de enfermería especializada, personal, la cárcel, etc. Todos los que trabajamos para obtener esas respuestas dentro de ese plazo de 24 a 48 horas. Nuestras clínicas comunitarias funcionan en algún momento entre cuatro y siete días. Un poco menos, si las personas han acudido a su médico privado o a una atención de urgencia. Eso se está ejecutando más en el tiempo de respuesta de dos a cuatro o cinco u ocho días.

- [Hombre] Y el aislamiento de pacientes que han dado positivo, ¿cómo se hace cumplir eso cuando alguien tiene que ser aislado?

- Consultamos a la gente. Están contestando su teléfono. Sé que con un teléfono celular puedes ir a cualquier parte. Puede escuchar si alguien tiene mucho ruido de fondo. En la mayoría de los casos, la cooperación es realmente maravillosa. Hemos tenido un par de casos en los que hemos tenido que enviar a alguien para recordarles a las personas que están bajo una orden de aislamiento. Están sujetos a la ley de que deben permanecer en casa. No hemos tenido que ir más allá de eso, pero así es como hacemos cumplir.

- [Hombre] Sí, otra pregunta. En términos de propagación, Dr. Borenstein, usted decía que la mayoría, supongo que un gran número, es socialización, grandes reuniones, fiestas, personas que conoce, básicamente. Entonces, ¿realmente está viendo números pequeños en el condado con propagación en lugares comunitarios, mercados, tiendas, restaurantes, ese tipo de lugares donde alguien lo contrae a través de la manija de la puerta o la barandilla, etc.?

- Sí, siempre lo hemos dicho y sigue siendo cierto, si escuchas a los expertos en esto. Uno de mis expertos a los que voy es el director de CIDRAP en Minnesota, Centros para Enfermedades Infecciosas. Olvidé lo que significa. Pero el Dr. Mike Osterholm, el Dr. Anthony Fauci, hay un número, el Dr. Ashish en Harvard. Todos ellos, y gran parte de la literatura médica deja en claro que los puntos de contacto son una fuente de exposición mucho menos riesgosa que el contacto directo o en

una habitación durante un largo período de tiempo donde las personas infectadas han estado y puede haber un período de horas de aerosolización. Por lo tanto, todas estas formas en que se puede transmitir el virus son ciertas, pero tienen diferentes riesgos asociados, algunos más bajos, otros más altos. Dicho esto, no hemos podido precisar nada en particular: "Oh, lo conseguí en la tienda de comestibles porque tal y tal estaba trabajando allí y tocaba la caja registradora o el teclado y luego toqué eso." Y realmente no hemos visto mucho de eso. No hemos visto mucho en muchas de las industrias que han estado trabajando como trabajadores esenciales en algunas de las áreas minoristas más tradicionales. Hemos visto algunos números en nuestra comunidad Ag. De nuevo, sí. Y sé que se desea información y hemos estado trabajando duro para crear nuevas métricas que esperamos poner a disposición del público la próxima semana.

- [Hombre] Y hablando en general, la mayoría de los casos aquí en las personas del condado que lo han contraído, es a través de alguien que conocen, ya sea un amigo, un ser querido, un compañero de trabajo, etc.

- Sí, de los casos en que la gente puede decir: "Bueno, el único lugar en el que estuve en los últimos 14 días fue nosotros adentro", "entonces" o uno o dos lugares", y nosotros, disculpe, vamos a contar estos números. El número más grande que podemos anclar en una fuente son las reuniones de familiares y amigos.

- [Hombre] La pregunta que hace un espectador es si las personas que están hospitalizadas, ¿son evaluadas diariamente? Y si es así, ¿se agregan los resultados positivos diarios al total general o se cuenta como un solo caso?

- Correcto. Por lo tanto, las personas incluso en el hospital o de forma ambulatoria no se repiten la prueba. Alta hospitalaria al inicio de la pandemia, cuando se consideró que se había recuperado, la guía de los CDC consistió en tener dos pruebas negativas. Entonces, algunos de los primeros casos pueden haber tenido pruebas repetidas. Por lo general, eso no se hace ahora, aunque puede serlo si se les da de alta del hospital y se los envía a otro centro de alto riesgo, como un hogar de ancianos calificado. Sin embargo, independientemente de la cantidad de veces que se evalúa a una persona, solo se contarán una vez. Entonces, entre nuestros números, esos son 1,393 individuos.

- [Mujer] Responderemos una pregunta más y estamos aquí por el día.

- [Mujer] Dr. Borenstein, así que usted mencionó que un pequeño número de casos mencionó que habían ido a protestas. Si no tiene síntomas, pero ha estado en una protesta, ¿puede hacerse la prueba en este momento?

- Entonces, una vez más, nuestra recomendación en este momento, dada la demanda, es que las personas de bajo riesgo que no han estado en contacto con alguien que se sabe que son positivas, especialmente si está usando una máscara que las personas asintomáticas no se someten a pruebas a través de nuestro recursos de la comunidad en este momento.

- [Mujer] Bien, la pregunta que había enviado por correo electrónico era: ¿qué haría falta para que el condado salga de la lista de vigilancia? Por ejemplo, ¿tenemos un número promedio de casos necesarios por semana? ¿Y cómo estamos de tendencia?

- Así que desafortunadamente todavía estamos en tendencia. La métrica que nos coloca en la lista de vigilancia entre media docena de métricas estatales es la que es el número de casos por población. Es por 100,000 habitantes. Entonces, en nuestro caso, somos una población de aproximadamente 280,000. Entonces, 280 casos en un período de dos semanas es lo que nos coloca en la lista. Y eso significa que tendríamos que estar por debajo de un promedio de 20 casos por día. Muy bien, muchas gracias a todos.

- Solo unas pocas notas de cierre y recordatorios. Puede recibir toda nuestra información de COVID-19 de la página web de COVID-19 de nuestro condado en [readyslo.org](https://readyslo.org) o llamando al Centro de Asistencia Telefónica o a la Línea de Información de Salud Pública. Continuamos ofreciendo pruebas gratuitas de COVID-19 con cita previa en varios lugares del condado. Las citas están disponibles en los sitios de prueba de San Luis Obispo y Grover Beach a partir del lunes de la próxima semana. Esa es la primera cita disponible en este momento. Todavía hay citas disponibles mañana en nuestro sitio de Paso Robles en el Centro de Estudios Paso Robles en Oak Street. La próxima semana, de lunes a miércoles, del 27 de julio al 29, habrá un nuevo sitio abierto en Morro Bay en su Edificio de Veteranos. Toda esta información se puede encontrar en nuestro sitio web en [readyslo.org](https://readyslo.org) o comunicándose con el Centro de asistencia telefónica. Si ha hecho una cita de prueba, pero ya no necesita una prueba o no puede hacer la cita, cancele la cita para dejar espacio a otra persona que la necesite. Además, difiera las pruebas como dijo el Dr. Borenstein, si es asintomático o tiene un riesgo más bajo en este momento, lo que permite que las personas con un riesgo más alto obtengan citas

de prueba a tiempo. Gracias de nuevo por sintonizar hoy. Puede encontrar estos informes en vivo en nuestra página de Facebook de Salud Pública del Condado de SLO, así como en la página de inicio de nuestro condado. También se transmiten en vivo por KCOY y KSBY y se transmiten en vivo por el canal de cable 13, así como también se retransmiten en el canal de acceso público 21 a las 8:00 a.m., 5:00 p.m. y a la medianoche. Gracias por mantenerte informado. Sea amable, esté bien, y nos vemos el próximo miércoles a las 3:15.