



Hoja de consejos: Día de los Muertos más seguro

2 de octubre de 2020

El Departamento de Salud Pública de San Francisco elaboró la siguiente hoja de consejos, la cual se publicará en <http://www.sfc-dcp.org>. Esta hoja de consejos puede cambiar a medida que se actualice la información.

PÚBLICO: El público en general que celebra el Día de los Muertos

ANTECEDENTES: El Día de los Muertos es un día festivopreciado con sus propios roles sociales y comunitarios importantes y únicos. La Ciudad de San Francisco desea apoyar a nuestros residentes a celebrar un [Día de los Muertos más seguro](#) para [reducir el riesgo de propagación del COVID-19](#) [consulte más información en sfc-dcp.org/safersocial]. Esta hoja de consejos le proporcionará una guía sobre qué actividades no están permitidas y le ofrecerá sugerencias sobre muchas maneras más seguras de celebrar.

Actividades del Día de los Muertos no permitidas durante el COVID-19

No participe en las siguientes actividades que están prohibidas por las órdenes de salud pública locales o estatales:

- reuniones de más de 12 personas, en interiores o exteriores
- reuniones, celebraciones, eventos o fiestas del Día de los Muertos en interiores con miembros que no son de su hogar

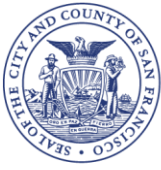
Actividades del Día de los Muertos más seguras

La manera más segura de celebrar el Día de los Muertos es **pasar tiempo con las personas del mismo hogar** o celebrar virtualmente. Algunas alternativas específicas de **bajo riesgo**, pero que aún captan la importancia del día festivo, incluyen:

- Seguir **respetando sus tradiciones culturales**, asegurándose de compartirlas con los miembros de su hogar inmediato y con no más de doce personas en su hogar.
- **Preparar las recetas familiares tradicionales** con miembros de su hogar.
- **Tocar música** en su hogar que sus seres queridos difuntos disfrutaban.
- **Hacer y decorar máscaras o un altar** para los difuntos.
- **Colocar almohadas y cobijas** para los difuntos.
- Unirse a una **celebración virtual**.
- **Visitar y decorar las tumbas de sus seres queridos** solo con los miembros de su hogar y mantener una distancia de por lo menos 6 pies de las otras personas que estén en el área.

Siempre tome medidas de protección personales

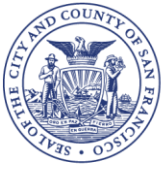
[Cuando celebre el Día de los Muertos, es importante tener en cuenta las siguientes recomendaciones para prevenir la propagación del COVID-19, a fin de protegerse a usted, a su familia y a su comunidad:](#)



1. **Cubiertas faciales:** Use una cubierta facial de tela que cubra de forma segura la nariz y la boca para evitar la propagación de la enfermedad cuando esté fuera de su casa y alrededor de otras personas que no sean parte de su hogar.
2. **Practique el distanciamiento físico:** Manténgase por lo menos a 6 pies de distancia (tres o más pasos de adulto) de otras personas que no sean parte de su hogar, especialmente cuando hable, coma o beba.
3. **El exterior es mucho más seguro:** Evite los espacios confinados, especialmente en interiores.
4. **Buena higiene:** [Lávese](#) o desinfectese las manos con frecuencia. Limpie regularmente los artículos de mayor contacto.
5. **Reduzca las reuniones:** Planifique las actividades para limitar las reuniones entre personas de diferentes hogares. Actualmente las reuniones sociales de más de 12 personas están prohibidas. Eso significa que, si pasa tiempo con otras personas el Día de los Muertos, debe quedarse con un máximo de 12 personas y no reunirse con otros. Sin embargo, tenga en cuenta que tiene permitido reunirse con más de 12 personas si esas personas viven con usted.
6. **Quédese en casa si está enfermo o está en un grupo de alto riesgo:** Si está enfermo o ha estado en contacto con alguien que ha sido diagnosticado con COVID-19 o tiene síntomas de COVID-19, [hágase la prueba](#), quédese en casa y aléjese de otros. [A las personas con un mayor riesgo de enfermedad grave o muerte por COVID-19](#) (como adultos mayores, personas con enfermedades crónicas) se les recomienda quedarse en casa.

Recursos

- Departamento de Salud Pública de San Francisco (San Francisco Department of Public Health, SFPDH)
 - sfcdcp.org/covid19
- Ciudad y condado de San Francisco (City & County of San Francisco, SFGOV)
 - Orientación sobre interacciones sociales más seguras durante la pandemia sfcdcp.org/safersocial
 - Distanciamiento físico <https://sf.gov/stay-6-feet-apart-social-distancing>
 - Quédese en casa. Salve vidas <https://sf.gov/stay-home-except-essential-needs>
- Centros para el Control y la Prevención de Enfermedades (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)
 - Celebraciones festivas de otoño <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/holidays.html#halloween>
 - Organizar encuentros o comidas al aire libre <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/daily-life-coping/personal-social-activities.html#gatherings>
 - Cuándo y cómo lavarse las manos <https://www.cdc.gov/handwashing/when-how-handwashing.html>
- Otros condados del Área de la Bahía
 - **Declaración conjunta de la Asociación de Funcionarios de Salud del Área de la Bahía** (publicada por el condado de Alameda)



- Local County Health Officials Offer Guidance on How to Celebrate Halloween and Día de Los Muertos Safely and Prevent Spreading COVID-19 Among Friends and Neighbors (Funcionarios de salud del condado local ofrecen una guía sobre cómo celebrar Halloween y el Día de los Muertos de manera segura y evitar la propagación del COVID-19 entre amigos y vecinos)
<https://covid-19.acgov.org/covid19-assets/docs/press/joint-statement-2020.09.28.pdf>
- Condado de Marin
 - Orientación para celebraciones más seguras de Halloween y Día de los Muertos durante la pandemia COVID-19
<https://coronavirus.marinhhs.org/guidance-safer-halloween-and-dia-de-los-muertos-celebrations-during-covid-19-pandemic>