

Como familiar designado o persona de apoyo usted es imprescindible para la salud física y mental de su ser querido. También cumple un papel fundamental en la seguridad de todos los que se encuentran en el centro. Lo que hace fuera de un centro de atención médica puede aumentar el riesgo de traer COVID-19 a las instalaciones. Este folleto describe actividades y conductas para que pueda evaluar su riesgo de exposición y propagación de la COVID-19.

Si corre un riesgo alto de exposición a la COVID-19, es importante que entienda el riesgo de infectar a su ser querido, otros pacientes, residentes y el personal, así como quienes viven con usted y grupos familiares cercanos.



**Consulte también el folleto Conozca su papel en tiempos de COVID-19.**

Si cree que puede estar teniendo síntomas, complete la [Autoevaluación de la COVID-19 para habitantes de Alberta](#) antes de acudir a un centro.



Para obtener más información de seguridad, consulte [Tip Sheet for Designated Family/Supports during COVID-19](#) (Consejos para familiares/apoyos designados durante la COVID-19) de AHS.



Hable con su ser querido si necesita estar con él o ella en persona o si una visita virtual sería útil en su lugar.



Consulte la página web [ahs.ca/visitation](https://ahs.ca/visitation) para conocer los recursos sobre familiares designados o personas de apoyo y cualquier restricción que pueda estar en vigor en el centro.



# Familiares designados y personas de apoyo (Designated Family and Support Persons)

## Conozca su riesgo en tiempos de COVID-19 (Know Your Risk During COVID-19)

## Conozca su riesgo de exposición desconocida (Know your risk of unknown exposure)

Antes de ingresar a un centro de atención médica, considere su riesgo de exposición a la COVID-19 teniendo en cuenta sus actividades durante los 14 días anteriores para determinar si necesita aplazar su visita.

Para ser de **riesgo bajo**, debe cumplir todos los siguientes criterios:

- ❖ Trabaja desde casa, o bien no trabaja ni vive en un área con alta exposición a la COVID-19 (ni vive con alguien que lo haga).
- ❖ Tiene un grupo cercano de 15 personas o menos y todos practican de manera sistemática el distanciamiento físico y el uso de mascarillas cuando esté rodeado de personas fuera de su grupo.
- ❖ No ha tenido visitas fuera de su grupo cercano en su casa.
- ❖ Usted y los que viven con usted practican el distanciamiento físico de al menos dos (2) metros de otras personas y usan mascarillas de manera constante cuando están fuera de la casa.
- ❖ Se lava o desinfecta las manos con frecuencia.
- ❖ Sale de su casa solo para lo esencial.
- ❖ No ayuda ni visita a otras personas en diferentes centros en el mismo día.
- ❖ No ha viajado ida o vuelta de otras provincias u otros países.

Las actividades que se consideran que lo ponen en un **riesgo alto** de exposición a la COVID-19 según sus actividades durante los 14 días anteriores incluyen:

- ❖ Trabaja o vive en un área con un alto número de casos o con un brote declarado de COVID-19 (o vive con alguien que lo haga).
- ❖ Trabaja o socializa fuera de su casa en lugares donde el distanciamiento físico y el uso de mascarillas no se mantienen de manera constante.
- ❖ No ha mantenido distanciamiento físico o no ha usado mascarilla de manera constante al estar cerca de otras personas que no conviven con usted.
- ❖ Ha tenido visitas fuera de su grupo cercano en su casa.
- ❖ Usa el transporte público o un vehículo compartido, donde no se mantienen de manera constante el distanciamiento social y el uso de mascarillas.
- ❖ No se lava o desinfecta las manos con frecuencia.
- ❖ Visitas pacientes o residentes en varios centros de atención médica en el mismo día.
- ❖ Viaja de ida y vuelta a otras provincias u otros países.

**Si está en riesgo alto trate de disminuir su riesgo conectándose virtualmente o designando a otra persona.**

**Para protegerse a usted y a su ser querido mientras se encuentre en el interior de un centro, necesitamos que haga lo siguiente: (To protect yourself and your loved one while inside of a facility, we need you to:)**

- ❖ Completar una evaluación de salud antes de ingresar al centro. Ser sincero sobre su estado.
- ❖ Seguir todas las precauciones indicadas por el personal.
- ❖ Usar la mascarilla que le entreguen en el centro de manera constante y cubriendo la nariz y la boca.
- ❖ Minimizar sus desplazamientos por las instalaciones.
- ❖ Practicar la higiene de manos al entrar y salir de la habitación de su ser querido; al entrar y salir de las instalaciones; y antes y después de tocar su mascarilla.
- ❖ Usar la identificación de familiar designado/persona de apoyo.

**Si tiene alguna pregunta o inquietud, hable con un miembro de su equipo de atención médica.**

