

EL REASENTAMIENTO EN LOS ESTADOS UNIDOS DURANTE LA PANDEMIA DE COVID-19

Ir a vivir a un nuevo país puede ser difícil durante una crisis sanitaria mundial. Es posible que tenga dudas e inquietudes. Es importante que comprenda y siga la información proporcionada en este documento para ayudarlo durante el reasentamiento.

SU AGENCIA DE REASENTAMIENTO

Ahora más que nunca es importante que se mantenga en contacto con la agencia de reasentamiento que tramita su caso. El personal de la agencia de reasentamiento está haciendo todo lo posible por prestar los servicios importantes que necesita. Sin embargo, debido a la pandemia, puede ocurrir que muchas oficinas físicas estén cerradas temporalmente y el personal de reasentamiento esté trabajando desde su casa. A continuación se indican formas en que pueden comunicarse con usted.



Teléfono: Si tiene un teléfono, es posible que su agencia de reasentamiento intente llamarlo, enviarle mensajes de texto o comunicarse con usted mediante WhatsApp o FaceTime. *Es importante que mantenga su teléfono encendido y cargado para que puedan comunicarse con usted.*

Entrega de documentos: Es posible que le lleven documentos u otros elementos necesarios. Sin embargo, con el objeto de evitar la propagación del virus, tal vez no entren a su casa.

Correo: Tal vez le envíen información a su correo, así que revise su buzón de forma regular.

Volantes y carteles: Cuando sea posible, el personal de reasentamiento pondrá carteles informativos en su área o le dejará volantes debajo de su puerta.

SUS DERECHOS Y OBLIGACIONES

Usted tiene una función importante en cuanto al cuidado personal y el de su familia. A continuación se indican algunas cosas que puede hacer:

Mantener la calma: Protéjase a usted mismo y a sus seres queridos. Para ello, lávese las manos con jabón y agua durante al menos 20 segundos, especialmente después de haber estado en un espacio público o después de limpiarse la nariz, toser o estornudar. Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca si no se lavó las manos. Evite estar con personas que estén enfermas. La mayoría de quienes contraen COVID-19 tienen síntomas leves y pueden recuperarse en casa. Siga los consejos de los expertos médicos, su Departamento de Salud Pública local y su agencia de reasentamiento.



¿Qué es el COVID-19?

COVID-19 es una enfermedad respiratoria causada por un virus que se está propagando rápidamente en todo el mundo. El virus se propaga cuando una persona infectada tose o estornuda cerca de una persona no infectada. También se propaga cuando una persona toca una superficie en la que hay depositado virus y, luego, se lleva la mano a la boca, a la nariz y a los ojos. El virus se puede propagar entre personas que estén en contacto estrecho con otras (a 6 pies [1.80 metros] de distancia).

Los síntomas incluyen fiebre, tos y dificultad para respirar. El virus puede producir enfermedades respiratorias leves a graves.



Mantenerse informado: La información y orientación pueden cambiar rápidamente durante la pandemia de COVID-19. Usted es responsable de mantenerse informado sobre la situación y de cumplir las orientaciones. La ciudad y los departamentos de salud pública tienen la información más fiable.



Hacer un plan: Prepare su hogar y haga un plan en caso de que usted o alguna persona que viva con usted se enferme.

- Haga una lista de medicamentos, enseres domésticos y otros suministros que utilicen periódicamente quienes viven con usted. Asegúrese de tener suministros suficientes en casa para que no se les acaben. Si es posible, pida al médico una receta de mayor cantidad de medicamentos. Si no sabe cómo llamar a un médico, comuníquese con su agencia de reasentamiento para obtener ayuda.
- Compre alimentos no perecederos para limitar las salidas a negocios.
- Decida quién puede ayudar si usted o un miembro de su familia se enferman. Pida a otro miembro de la familia o de la comunidad que lo ayude a conseguir comida y otros productos esenciales. Haga una lista de las organizaciones locales con que pueda comunicarse en caso de que necesite información, atención médica, asistencia o recursos.

Tener cuidado con la información falsa: Tener cuidado con la información falsa: Es posible que la información que da a conocer su gobierno local no se encuentre disponible en su idioma. Si no habla inglés, busque a alguien, como su agencia de reasentamiento, que pueda traducirle la información local. Es posible que las redes sociales o amigos o familiares suyos en otros lugares no tengan información pertinente o correcta. Tenga en cuenta que hay rumores y mitos acerca del virus y de cómo protegerse o curarse. *Solo debe tener en cuenta los consejos médicos que le dé un médico u otro profesional de la salud.*

Proteger a usted mismo o a terceros del COVID-19

El COVID-19 es una enfermedad nueva que puede afectar a cualquiera. Sin embargo, los adultos mayores y las personas con graves afecciones subyacentes pueden tener una mayor posibilidad de contraer complicaciones graves por el COVID-19. Si tiene más de 65 años o tiene una afección subyacente como neumopatía crónica, cardiopatía grave o diabetes, es más probable que se enferme más gravemente.

Si tiene otras enfermedades o vive con alguien que las tiene, debería tomar medidas adicionales para protegerse a usted y a sus seres queridos. Si se siente mal, manténgase a 6 pies (1.80 metros) (dos brazos) de distancia como mínimo de otras personas y quédese en casa el mayor tiempo posible. Si debe estar con otros (en su hogar, en un vehículo o en el consultorio del médico), use una mascarilla.

Evitar fraudes: Tenga cuidado con las estafas relacionadas con el brote. Se han denunciado estafas que incluyen la venta de kits domésticos de pruebas, curas falsas y pólizas de seguro, entre otras. Si recibe una llamada o un mensaje de texto de una persona que no conoce o un extraño le pide sus datos bancarios, su número de seguro social u otra información personal, no se los proporcione y comuníquese con su agencia de reasentamiento para obtener ayuda.

Llamar antes de buscar atención médica: Antes de ir a ver a un médico o a la sala de emergencias, llame para informar si tiene síntomas de COVID-19, como fiebre, tos o falta de aire. Le indicarán qué debe hacer. Si no sabe cómo llamar a un médico, comuníquese con su agencia de reasentamiento para obtener ayuda. Si usted o un ser querido tienen síntomas graves, como problemas para respirar, llame al 911 o diríjase a la sala de emergencias de un hospital. *Informe al trabajador social encargado de su caso lo más pronto posible.*



Solicitar un intérprete, si es necesario: Tiene el derecho de solicitar servicios de interpretación. Indique al personal de la clínica o del hospital que necesita un intérprete cuando programe una cita o pida atención de emergencia.

Cultural Orientation Resource Exchange • 8719 Colesville Road, 3rd Floor • Silver Spring, MD 20910



The contents of this fact sheet were developed under an agreement financed by the Bureau of Population, Refugees, and Migration, United States Department of State, but do not necessarily represent the policy of that agency and should not assume endorsement by the Federal Government. **This material is in the public domain and may be reproduced.**

Para obtener más información sobre el COVID-19, visite [COREnav.org](https://corenav.org).