



City of Huron/P.O Box 339/36311 Lassen Ave., Huron, CA. 93234-0339 • Phone (559) 945-2241 • Fax (559) 945-2609

6 de abril 2020

A todos los residentes de la ciudad de Huron.

A medida que nuestra comunidad sigue amenazada por el peligro a la salud pública y vidas comunitarias por los efectos devastadores de la enfermedad COVID-19 (Coronavirus), estoy compartiendo consejos específicos de un médico que conoce este virus desde la década de 1970.

El Dr. James Robb, MD UC San Diego, fue uno de los primeros virologos moleculares en el mundo en trabajar con coronavirus (la década de 1970), y el primero en demostrar la cantidad de genes contenidos en el virus.

Agui esta el consejo del Dr. Robb:

- 1) *jNO SALUDAR DE MANO!*
- 2) *Use SOLO los nudillos para tocar los interruptores de luz. Botones de elevador, etc.*
- 3) *Levante el dispensador de gasolina con una toalla de papel o un guante desechable.*
- 4) *Abra las puertas con el pufio o la cadera cerrados: no agarre la agarradera con la mano, a menos que no haya otra forma de abrir la puerta. Especialmente importante en baños y oficinas postales o comerciales.*
- 5) *Use toallitas desinfectantes en las tiendas cuando esten disponibles, incluyendo limpiar la agarradera y el asiento para niños en los carritos de supermercado.*
- 6) *Lavese las manos con jabón durante 10-20 segundos y /o use un desinfectante para manos a base de alcohol mayor al 60% cada vez que regrese a casa de CUALQUIER actividad que involucre lugares donde otras personas hayan estado.*
- 7) *Mantenga una botella de desinfectante disponible en cada una de las entradas de su hogar Y en su automóvil para usar despues de obtener gasolina o tocar otros objetos contaminados cuando no pueda lavarse las manos de inmediato.*

Si es posible, tose o estornude en un pañuelo desechable y deséchelo. Usa el codo solo si es necesario. ¡La ropa en su codo contendrá virus infecciosos que pueden transmitirse hasta por una semana o más!

Que almacenar para prepararse para la propagación de la pandemia:

- 1) *Guantes desechables de latex o latex de nitrilo. ¡Uselo cuando vaya de compras, use la bomba de gasolina y cualquier otra actividad externa cuando entre en contacto con áreas contaminadas.*

“Together We Can”



City of Huron/P.O Box 339/36311 Lassen Ave., Huron, CA. 93234-0339 • Phone (559) 945-2241 • Fax (559) 945-2609

2) *Mascarillas quirurgicas desechables. ¡Uselos para evitar tocarse la nariz y lo la boca. ¡Nos tocamos la nariz o la boca 90 veces al dia sin saberlo! Esta es la unica forma en que este virus puede infectarlo: es especifico de los pulmones. La mascara es solo para evitar que te toques la nariz o la boca. Se que hay una escasez.....*

3) *Desinfectantes para manos. Deben estar basados en alcohol y tener mas del 60% de alcohol para ser efectivos. Tambien se que hay escasez.....*

Nota: Segun el Dr. Robb, este virus solo tiene receptores celulares para las celulas pulmonares (solo infecta los pulmones). La unica forma de que el virus lo infecte es a traves de la nariz o la boca a traves de las manos o una tos o estornudo infectado en la nariz o la boca.

Este virus se transmite en gotas grandes al toser y estornudar. ¡Esto significa que el aire no te infectara! PERO todas las superficies donde estas gotas aterrizan son infecciosas durante aproximadamente una semana en promedio: todo lo que esta asociado con personas infectadas estara contaminado y potencialmente infeccioso. El virus esta en estas superficies.

Quedese en casa lo mas posible.....es la mejor arma!

OTRA VEZ, ESTA ENFERMEDAD NO DESCRIMINA Y LA UNICA MANERA EN QUE PUEDE ENTRAR EN SU HOGAR, ES SI LO PERMITE!!!!

Sinceramente,

Rey Leon
Mayor, City of Huron