

Carta a la comunidad: 23 de julio de 2021

¡Hola, Condado de Thurston! ¡Espero que todos estén disfrutando del clima soleado! Quiero responder algunas de las preguntas que he recibido recientemente. Esto incluye preguntas sobre la vacunación completa y la exposición al COVID-19 y cómo se monitorea la calidad del agua en los lagos y playas en el condado de Thurston.

Estoy totalmente vacunado. ¿Tengo que ponerme en cuarentena si estoy expuesto a alguien con COVID-19?

Las personas que están completamente vacunadas (dos o más semanas después de su última dosis de una serie de vacunas COVID-19) que no presentan síntomas no necesitan ponerse en cuarentena si se las identifica como un contacto cercano de alguien con COVID-19 (menos de 6 pies durante un acumulado de 15 minutos durante un período de 24 horas), a menos que trabajen en entornos colectivos, incluidos centros correccionales / de detención, refugios o con personas con alto riesgo de enfermedad grave, como en un entorno de atención médica.

Estoy totalmente vacunado. ¿Debo hacerme la prueba si estoy expuesto a alguien con COVID-19 o si estoy experimentando síntomas de COVID-19?

Todas las personas que tienen nuevos síntomas de COVID-19 deben hacerse la prueba de COVID-19 incluso si están completamente vacunadas. Si está completamente vacunado y expuesto a alguien con COVID-19, pero no experimenta síntomas, generalmente no necesita hacerse la prueba a menos que viva o trabaje en un entorno colectivo o en un entorno de atención médica. Cuando aumenta el riesgo de infección, las pruebas pueden ser necesarias si los funcionarios de salud pública lo aconsejan para todas las personas que puedan estar en riesgo, incluidas las personas que están completamente vacunadas.

¿Cómo controlamos la calidad del agua en lagos y playas? ¿Cuándo advertimos al público sobre un riesgo potencial?

Los Servicios Sociales y de Salud Pública del Condado de Thurston (PHSS) realizan muestras semanales y monitorean dos playas para nadar en Kennydell County Park y Burfoot Park durante la temporada de natación entre el Día de los Caídos y el Día del Trabajo. PHSS también monitorea a través de pruebas mensuales en Black Lake, Deep Lake, Hicks Lake, Lake Lawrence, Long Lake, Offut Lake, Pattison Lake, Lake St. Clair Summit Lake y Ward Lake entre mayo y octubre. También investigamos la proliferación de algas para asegurarnos de que no haya niveles altos de toxinas. Informar sobre posibles floraciones de algas es una forma en que el público puede ayudarnos a mantener seguros nuestros lagos. Si ve una floración de algas, puede llamar al 360-867-2626 o enviar un correo electrónico enhealth@co.thurston.wa.us. También puede registrarse para recibir [alertas por correo electrónico sobre algas](#) sobre los lagos y las playas.

También quiero compartir algunos consejos para mantenerse a salvo de enfermedades transmitidas por el agua mientras disfruta de los increíbles lagos y playas de nuestro condado. Mire bien el agua antes de entrar y evite el agua que tenga algas o espuma en la superficie. Trate de no beber agua del lago o de que el agua del lago entre en su boca. Secarse con una toalla tan pronto como salga del agua y ducharse o enjuagarse lo antes posible después del contacto con el agua son otras formas de prevenir la picazón en los nadadores y reducir el riesgo de enfermedades transmitidas por el agua. Lavarse las manos con agua y jabón o usar desinfectante para manos es siempre una buena idea, especialmente antes de comer. Mantenga el agua segura para los demás no ingresando al agua si ha tenido diarrea en las últimas 48 horas. También puede visitar el sitio web de natación en el condado de Thurston en: <https://www.thurstoncountywa.gov/phss/Pages/algae-swimming.aspx> para obtener información

sobre los avisos de natación en el condado de Thurston. ¡Espero que estén seguros y que tengan la oportunidad de pasar tiempo al aire libre!

Deseándoles la mejor salud,

Dimyana Abdelmalek, MD, MPH
Oficial de salud, condado de Thurston