

# ¡ Rogamos que se evite exhaustivamente la propagación de la sexta ola!

La Prefectura de Hyogo ha sido designada hoy como zona de aplicación de las «Medidas prioritarias para prevenir la propagación de la Covid-19». La cepa Ómicron, altamente contagiosa, sigue propagándose en su sexta oleada, y el número de nuevos contagios alcanza hoy la cifra récord de 3.360 personas. Para evitar el colapso de la atención médica y la interrupción de las actividades socioeconómicas, rogamos a todos los ciudadanos de la Prefectura que tomen las siguientes medidas de forma exhaustiva con el firme propósito de que todos y cada uno de nosotros detengamos la propagación de los contagios.

## 1. Implementación de las medidas básicas para evitar la propagación de los contagios

- Implemente exhaustivamente las medidas básicas para evitar la propagación de los contagios en la vida diaria: utilizando adecuadamente las mascarillas (recomendamos el uso de mascarillas no tejidas), lavándose y desinfectándose las manos, respetando el eslogan «Cero Mitsu» (evitar los lugares cerrados, las aglomeraciones de gente y el contacto físico), manteniendo el distanciamiento social y la ventilación de los recintos cerrados, etc.
- Los jóvenes con una edad inferior a 40 años representan alrededor del 70% de los casos. Por favor, tengan mucho cuidado cuando «cambien de lugar» en la escuela, el trabajo, etc. (salas de actividades y clubs escolares, en el camino de ida y vuelta a la escuela, salas de descanso, comedores, vestuarios, salas de fumadores, etc.) y tome medidas para prevenir los contagios de manera exhaustiva.
- Tome medidas de prevención de los contagios en el hogar de manera exhaustiva. Para ello, lávese las manos después de regresar a casa, realice la desinfección, y cuide y controle la salud familiar.
- Si no se siente bien, póngase en contacto con un organismo médico para que le hagan un examen médico y, si está preocupado/a por la posibilidad de que esté contagiado/a, realícese una prueba de PCR gratuita.

## 2. Evitar conductas de alto riesgo

- Evite, en la medida de lo posible, los lugares y horarios en los que haya mucha gente e interactúe con un número reducido de personas.
- Absténgase de utilizar los restaurantes y establecimientos hosteleros fuera del horario reducido a consecuencia de la alarma sanitaria, y nunca realice conductas de alto riesgo, como es la de beber alcohol fuera de los establecimientos, en la calle o en los parques, etc.
- Absténgase de hablar en voz alta y limite las comidas y cenas a un máximo de cuatro personas en la misma mesa en los establecimientos certificados con las medidas anticovid adecuadas (en los establecimientos no certificados, no podrán entrar más de cuatro personas en el mismo grupo) y el tiempo se limitará a un máximo de unas dos horas. Además, cuando esté conversando utilice, sin falta, la mascarilla.
- En los lugares e instalaciones utilizadas por múltiples usuarios, tome medidas de prevención de contagios exhaustivas, como, por ejemplo, manteniendo la distancia entre las personas, usando mascarillas, desinfectándose las manos adecuadamente, etc.
- Si tiene síntomas compatibles con la Covid-19, como puede ser la fiebre, etc., absténgase de viajar o participar en cualquier tipo de evento, etc.

## 3. Vacunación proactiva

- Rogamos que participe proactivamente en la vacunación, y no se olvide que, después de vacunarse, debe tomar las medidas básicas de prevención de contagios de manera exhaustiva.