

# COVID-19

ENFERMEDAD DE CORONAVIRUS

## CONOZCA SU RIESGO ESTAS VACACIONES DE TEMPORADA

EL COVID-19 está aquí, y también la gripe.

Las elecciones inteligentes promueven #VacacionesSaludables

En una escala del 1 al 10, que tan arriesgado es...

Actividades de ejemplo clasificadas por médicos de la TMA Grupo de trabajo COVID-19 y el Comité de TMA sobre Enfermedades Contagiosas



Physicians Caring for Texans

1	Comprar regalos por internet (online)
1	Hacer un trote de pavo virtual o una carrera festiva
1	Ver películas navideñas en casa con su familia
1	Ver las luces navideñas con su familia en su automóvil
1	Construyendo un muñeco de nieve con su familia
1	Enviar una carta a Santa
1	Donar comida enlatada
2	Unirse a una búsqueda del tesoro al aire libre físicamente distanciado
3	Cena de Acción de Gracias con familiares o miembros del hogar
3	Viajar en coche para visitar a familiares o amigos
4	Hacer un trote de pavo en persona o una carrera de vacaciones (al aire libre)
4	Decorar una casa de pan de jengibre con otro familia
4	Asistir a una ceremonia de iluminación de árboles públicos al aire libre
4	Patinaje sobre hielo en una pista al aire libre
5	Asistir a un evento deportivo al aire libre
5	Ir de en un paseo divertido
5	Asistir a una celebración cultural o religiosa al aire libre
5	Viajar en avión para visitar a familiares o amigos
6	Asistir a un desfile festivo
6	Patinaje sobre hielo en una pista pública en el interior
6	Ver una exhibición pública de fuegos artificiales
6	Visitar a alguien en vivienda asistida
7	Tomando fotos con Santa
7	Asistir a una feria o mercado de artesanía navideña en un lugar cerrado
8	Asistir a un evento deportivo en un lugar cerrado
8	Asistir a una fiesta del Super Bowl
8	Compras en persona el Black Friday
8	Cantar villancicos con un grupo
8	Organizar una fiesta navideña con amigos y familiares
8	Asistir a un evento cultural o religioso en un lugar cerrado
9	Asistir a un baile de bienvenida
10	Asistir a una fiesta en una casa de la universidad
10	Asistir a una gran celebración cantando en un lugar cerrado
10	Celebrando la Nochevieja en un bar o discoteca

RIESGO BAJO

BAJO MODERADO

RIESGO MODERADO

MODERADO ALTO

RIESGO ALTO

Por favor supongan que los participantes en estas actividades siguen los protocolos de seguridad recomendados actualmente, incluyendo el distanciamiento social, el uso de mascarillas y el lavado de manos con frecuencia. Cuantas más personas, más juntas, menos mascarillas, más convivencia en el interior, más tiempo, más canto y proyección de voz, y más alcohol, mayor es el riesgo.

Texas Medical Association | 401 W. 15th St. | Austin, TX 78701-1680

[www.texmed.org](http://www.texmed.org)

[f](#) [t](#) @texmed

[@](#) @wearetma

#VacacionesSaludables