

# COVID-19 y la atención a largo plazo

## Cómo mantenerse conectado

Una persona que vive en un centro de reposo o vida asistida corre un alto riesgo de contraer COVID-19.

Es posible que el coronavirus se propague si el personal y los residentes no siguen las precauciones de distanciamiento social dentro del centro.

Los gobiernos estatales y federales han emitido ordenes que restringen temporalmente las visitas de familiares y otras personas que no brindan "atención esencial".

### Cartas y tarjetas por correo postal

A todo el mundo le encanta recibir correo. Pídeles a sus hijos, nietos y sobrinos que hagan tarjetas y compartan sus obras de arte.

### Llamadas y mensajes por video

Aproveche las formas gratuitas de platicar por videoconferencia con sus seres queridos a través de FaceTime, Zoom, Skype, Google Duo o Hangout. Busque las instrucciones en línea y consulte los pasos de cómo usar cada servicio. También puede enviar un breve mensaje en video utilizando las aplicaciones WhatsApp o Marco Polo.

### Llamadas telefónicas

Una llamada de teléfono es muy importante. Programe una hora para llamar a su ser querido. Esto les da a ambos algo que esperar.

### Visitas a distancia

Es posible que pueda visitar a su ser querido a través de una ventana o puerta de vidrio. Es una buena manera de celebrar los cumpleaños, los días festivos y la llegada de nuevos miembros de la familia.

### Más información

Para más información sobre los derechos de los residentes de los centros de reposo o vida asistida, llame a la Oficina del Ombudsman de Atención a Largo Plazo al **800-252-2412** o al **ltc.ombudsman@hsc.state.tx.us**.

**Aunque los residentes deben mantenerse distanciados físicamente, pueden seguir siendo sociables.**

Esta información es proporcionada por el Programa del Ombudsman de Atención a Largo Plazo de Texas, que aboga por los residentes de centros de atención a largo plazo.



TEXAS  
Health and Human  
Services

