

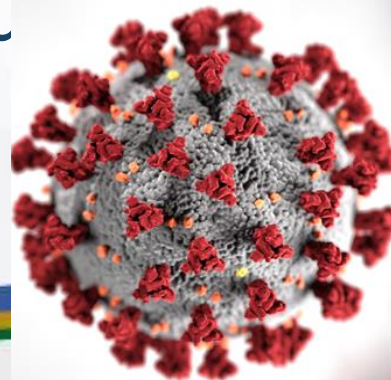
PLAN DE CONTINGENCIA FAMILIAR PARA DISMINUIR RIESGOS DE COVID-19



GAD-BAÑOS
de Agua Santa

1. INTRODUCCIÓN

El Gobierno Autónomo Descentralizado de la Municipalidad de Baños de Agua Santa considera necesario establecer un protocolo importante que las familias puedan establecer medidas necesarias para evitar el contagio y/o la propagación del virus



COVID-19

CORONAVIRUS DISEASE 2019

OBJETIVO GENERAL.-

Planificar acciones y evitar a transmisión de la enfermedad del coronavirus (COVID-19) en sus hogares y por ende, en su comunidad.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Disminuir la posibilidad de transmisión del COVID-19
- Proteger a las familias del cantón Baños de Agua Santa.

ÁMBITO.

El presente instrumento está dirigido para las familias de GADBAS, con el fin de precautelar la salud cada una de los miembros de la familia y de la ciudadanía

CONSIDERACIONES GENERALES SOBRE EL COVID-19

▶ Modo de transmisión:

La transmisión se produce por vía aérea, mediante gotas que son originadas al hablar, toser o estornudar por la persona enferma y que alcanzan a una persona capaz de padecerla.

CONSIDERACIONES GENERALES SOBRE EL COVID-19

- ▶ Otro medio de transmisión del virus, son las manos u objetos inanimados contaminados con secreciones, seguidas del contacto con la mucosa de la boca, nariz u ojos.

4.2. Periodo de incubación:

El período de incubación que va desde 2 a 14 días, lo cual puede variar según el caso.

4.3. Signos y síntomas:

- ▶ Malestar general
- ▶ Tos seca
- ▶ Dolor de garganta
- ▶ Fiebre
- ▶ Disnea (dificultad para respirar)

LINEAMIENTOS GENERALES

Trabajadores y servidores públicos del GADBAS que no deben asistir al lugar de trabajo:

- ▶ Personas que presenten sintomatología que pudiera estar asociada con COVID-19, hasta descartar la confirmación de un caso positivo.
- ▶ Personas que han estado en contacto estrecho o compartido un espacio físico sin guardar la distancia interpersonal (1,5 metros).

LINEAMIENTOS GENERALES

Trabajadores y servidores públicos del GADBAS que no deben asistir al lugar de trabajo:

- ▶ Personas que se encuentran dentro de los grupos de atención prioritaria y riesgo; como personas con discapacidad, tercera edad, embarazadas o por padecer enfermedades catastróficas o afecciones médicas anteriores.
- ▶ Personas mayores a 60 años por estar considerado como de riesgo.

PLAN FAMILIAR.

El Plan de Emergencia Familiar es una herramienta que nos permite saber qué hacer en caso de que se presente un brote de COVID-19 en la comunidad.

Para esto toma en cuenta los siguientes pasos:

Paso 1. Comunicación

Paso 2. Prepararse para los cierres

Paso 3. Hábitos y precauciones frecuentes en todos los miembros de la familia.

Paso 4. Acciones cuando se detecte síntomas en miembros de la familia

Comunicación y Planificación

- ▶ **Infórmate por fuentes oficiales.**
- ▶ **Utiliza los elementos de protección (mascarilla, equipo de protección personal).**
- ▶ **Identifica las personas que corran más riesgo. (nombres completos, edad).**

Comunicación y Planificación

- ▶ **Establece medidas para cuidar a los integrantes de la familia que podrían tener mayor riesgo de presentar complicaciones graves.**
- ▶ **Coordina con los vecinos para establecer acciones conjuntas para evitar la propagación de la enfermedad.**

Comunicación y Planificación

- ▶ **Elabora una lista de los establecimientos de salud cercanos a su domicilio a los que puede contactar.**
- ▶ **Haga una lista de contactos de emergencia.**

Aprovisionamiento

Necesitamos se tenga un stock de:

- Medicinas
- Alimentos
- Artículos personal de limpieza y desinfección

Actividades fuera del hogar

Si sales de casa: Usa permanente cubre bocas, disminuye la posibilidad de propagar o adquirir infecciones.

Nota: No salgas con los niños.

Mantén la distancia.

El riesgo es directamente proporcional a la densidad de los lugares.



- ▶ **Evita** saludar de mano, beso o abrazo conserve su distancia.
- ▶ **Evitar** usar anillos, pulseras, relojes.
(El COVID-19 puede mantenerse vivo en metales por 72 horas).
- ▶ **Evita** Tocarse cara, ojos, nariz o boca.



Acciones al llegar a casa:

- ▶ Antes de entrar a casa , mojar la suela de los zapatos en una solución de 1 litro de agua + 20 ml de Cloro Comercial al 5% el virus puede llegar al hogar por los zapatos.

Preferentemente usar unos zapatos para la calle y otros para la casa.

Acciones al llegar a casa:

- ▶ Desinfectar todas sus prendas (celular, bolsos, fundas, dinero, prendas).
- ▶ Bañarse antes de saludar a la familia sentarse a comer o acostarse.

Acciones al llegar a casa:

- ▶ Bañarse antes de circular por la casa, disminuye la posible diseminación por contacto.
- ▶ Lavar la ropa de calle preferentemente de inmediato después de quitarla (agua caliente es mejor o usar abundante detergente).
- ▶ Disminuye el riesgo de contagio por contacto



HÁBITOS DE SALUD PERSONAL Y PLANEEN MÁS MEDIDAS EN EL HOGAR.

¡Lávese las manos solo cuando estén visiblemente sucias! Si no, utilice la solución alcohólica

 Duración de todo el procedimiento: 40-60 segundos



0 Mójese las manos con agua;



1 Deposite en la palma de la mano una cantidad de jabón suficiente para cubrir todas las superficies de las manos;



2 Frótese las palmas de las manos entre sí;



3 Frótese la palma de la mano derecha contra el dorso de la mano izquierda entrelazando los dedos y viceversa;



4 Frótese las palmas de las manos entre sí, con los dedos entrelazados;



5 Frótese el dorso de los dedos de una mano con la palma de la mano opuesta, agarrándose los dedos;



6 Frótese con un movimiento de rotación el pulgar izquierdo, atrapándolo con la palma de la mano derecha y viceversa;



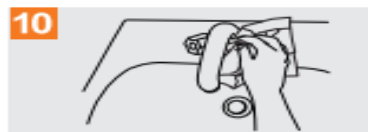
7 Frótese la punta de los dedos de la mano derecha contra la palma de la mano izquierda, haciendo un movimiento de rotación y viceversa;



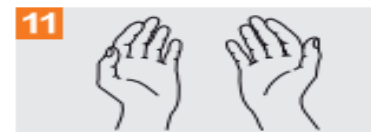
8 Enjuáguese las manos con agua;



9 Séquese con una toalla desechable;



10 Sirvase de la toalla para cerrar el grifo;



11 Sus manos son seguras.

Acciones cuando se detecte síntomas en miembros de la familia

- ▶ Llamar al 171 o 911 para que sea trasladado y evaluado en un centro de salud.
- ▶ Limite su tránsito dentro del hogar.



Acciones cuando se detecte síntomas en miembros de la familia

- ▶ Si el centro de salud determina que el enfermo debe retornar a su hogar, deberá permanecer en él y seguir usando mascarilla y permanecer en un espacio asignado para evitar contaminar otros espacios internos.



“Quédate en casa” Fortalece losos familiares

- ▶ Realiza actividades lúdicas.
- ▶ Ejercítate en familia.
- ▶ Ayuda en las tareas de tus hijos.
- ▶ Mantén contacto con el resto de tus familiares mediante redes sociales .
- ▶ Implementa hábitos de salud y protección dentro de tu hogar.

#QuédateEnCasa

