

Jornada Nacional de Sana Distancia

Del 23 de marzo al 19 de abril 2020

#SanaDistancia



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

14 de Marzo 2020

Intervenciones de sana distancia



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

1. Medidas básicas de prevención
 2. Suspensión temporal de actividades no esenciales
 3. Reprogramación de eventos de concentración masiva
 4. Protección y cuidado de las personas adultas mayores
-



1. Medidas básicas de prevención

- **Lavado frecuente de manos**
 - Preferentemente con agua y jabón (de preferencia líquido) y que al menos dure 30 segundos.
 - En caso de no contar con agua y jabón se puede usar gel antibacterial con base alcohol al 70%
 - **Etiqueta respiratoria**
 - Tapar nariz y boca al toser o estornudar, con el ángulo interno del codo.
 - Lavar manos después de hacerlo.
 - **Saludo a distancia**
 - Evitar el saludo de mano, abrazo y beso.
 - **Recuperación efectiva**
 - No salir de casa en caso de presentar síntomas compatibles con COVID-19 (fiebre y/o tos)
-

2. Suspensión temporal de actividades no esenciales

La Secretaría de Salud recomienda suspender temporalmente las actividades no esenciales de los sectores público, social y privado a partir del lunes 23 de marzo de 2020

- Actividad no esencial es aquella que no afecta la actividad sustantiva de una organización pública, social o privada, o los derechos de sus usuarios (as).
 - Se suspenden las actividades no esenciales que involucren la congregación o movilidad de personas, en particular, de diversas regiones geográficas y sustituirlas por actividades que favorezcan la sana distancia.
-

3. Reprogramación de eventos de concentración masiva



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

La Secretaría de Salud recomienda posponer, hasta nuevo aviso, los eventos masivos que congreguen a más de 5,000 personas

4. Protección y cuidado de las personas adultas mayores



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

COVID-19

Como **personas mayores de 60 años** somos más vulnerables a presentar complicaciones graves por el nuevo coronavirus, que podemos prevenir siguiendo estas medidas básicas:

¿Qué puede hacer mi familia?

¿Qué puedo hacer yo?

The infographic features a blue background with orange and purple horizontal stripes. At the top, the word 'COVID-19' is written in large, bold, purple letters with a white outline. The 'O' is replaced by a red circle with a white diagonal line through it, containing a grey coronavirus particle. Below this, a white speech bubble contains the text: 'Como personas mayores de 60 años somos más vulnerables a presentar complicaciones graves por el nuevo coronavirus, que podemos prevenir siguiendo estas medidas básicas:'. In the center, there are two cartoon characters: an elderly woman with grey hair in a bun, wearing a green sweater, and an elderly man with glasses and a grey beard, wearing a red sweater. They are both smiling and gesturing with their hands. Below them are two white boxes with black text: '¿Qué puede hacer mi familia?' on the left and '¿Qué puedo hacer yo?' on the right.

4. Protección y cuidado de las personas adultas mayores



SALUD
SECRETARÍA DE SALUD

- Si algún familiar presenta síntomas, pide que mantengan contacto telefónico en lugar de visitar y arriesgar un contagio.



- Si alguien te ayuda a realizar actividades diariamente, planifica quién te puede apoyar si esta persona se enferma.



- Cuando te visiten, evita el contacto directo y saludar de beso/abrazo.



- Mantén una distancia de al menos 1.5 m.



- Pídeles que vayan a comprar tus alimentos y provisiones para que no tengas que salir.



- Al toser o estornudar, cubre tu boca y nariz con un pañuelo desechable o utiliza el ángulo interno del brazo.

- Lávate las manos entre 10 y 20 veces al día con agua y jabón durante por lo menos 20 segundos, sin olvidar la muñeca.



- O bien usa soluciones a base de alcohol gel al 70%.

- Desinfecta superficies con cloro de uso doméstico diluido en agua por lo menos una vez al día. Diluye una cucharada (10 mL) de cloro por cada litro de agua.



- Recuerda que aún no hay medicamentos específicos para esta enfermedad. No te automediques.



- No te toques la cara, ojos o nariz. Si necesitas hacerlo, lávate las manos antes.

Operativo Vive Latino

- Hasta el corte de información han ingresado al Foro Sol aproximadamente 40 mil personas.
- En el primer Filtro Sanitario Básico (interrogatorio de sintomatología) se han realizado cerca de 20 mil detecciones térmicas infrarrojas.
- Se identificó a 27 personas con fiebre en el Filtro Sanitario Primario, descartando en todos la sospecha médica de COVID-19 en revisión especializada.

