

# INSTRUCCIONES ACTUACIÓN COVID-19 FAMILIAS DE 2º SECUNDARIA

CDP EE.PP SAGRADA FAMILIA

MONTELLANO

1-9-2021



ESCUELAS PROFESIONALES DE LA SAGRADA FAMILIA

MONTELLANO

Elaborado	Revisado	Aprobado
 <p>SAFSA SERVICIO DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES</p>	D. Manuel Díaz Palma D. José Antonio Expósito Piñas	D. Ángel Acedo López
Responsable SPP	Interlocutores PRL	Dirección Gerencia
TUTOR		
D. José Antonio Expósito Piñas		

## Índice

<b>1. Introducción .....</b>	<b>2</b>
<b>2. Objeto .....</b>	<b>2</b>
<b>3. Composición de la Comisión Específica COVID-19. ....</b>	<b>2</b>
<b>4. Actuaciones Previas a la apertura de los centros .....</b>	<b>3</b>
<b>4.1 Medidas Generales. ....</b>	<b>3</b>
<b>4.2 Medidas Específicas para el alumnado .....</b>	<b>3</b>
<b>4.3 Medidas para la limitación de contactos.....</b>	<b>4</b>
<b>5. Actuaciones de educación y promoción de la salud. ....</b>	<b>4</b>
<b>6. ORGANIZACIÓN SEGUNDO SECUNDARIA .....</b>	<b>5</b>
<b>1. Entrada y salida del centro .....</b>	<b>5</b>
<b>2. Acceso de familias y otras personas ajenas al centro.....</b>	<b>6</b>
<b>3. Servicios. ....</b>	<b>7</b>
<b>4. Desplazamientos del alumnado y del personal durante la jornada lectiva.....</b>	<b>7</b>
<b>5. Recreos. ....</b>	<b>8</b>
<b>6. Reuniones, actos, visitas.....</b>	<b>8</b>
<b>7. Instrucciones a las familias.....</b>	<b>9</b>
<b>8. Ventilación y uso del aire acondicionado.....</b>	<b>9</b>
<b>9. Resumen distribución alumnado .....</b>	<b>10</b>
<b>6. Protocolos de actuación, en colaboración con el ámbito sanitario. ....</b>	<b>11</b>
<b>7. Difusión del protocolo.....</b>	<b>11</b>
<b>ANEXO 1: Información general. ....</b>	<b>12</b>

## 1. Introducción

Con la entrada en vigor de los R.D. 463/2020 y el R.D.L. 10/2020 quedaron suspendidas y/o modificadas muchas actividades debido a la pandemia mundial provocada por el COVID-19. Una vez pasada una parte de dicha pandemia, el Gobierno de España ha publicado el Real Decreto-ley 21/2020, de 9 de junio, de medidas urgentes de prevención, contención y coordinación para hacer frente a la crisis sanitaria ocasionada por el COVID-19, para continuar con la reanudación de la actividad laboral de numerosas entidades, y para fijar las normas de actuación tras la finalización del estado de alarma.

## 2. Objeto

El presente documento describe las acciones a desarrollar para el mantenimiento de la actividad a pesar de la pandemia que nos afecta, así como las necesarias medidas técnicas y organizativas que deberán ser adoptadas. Dichas medidas están orientadas tanto a evitar la aparición de nuevos contagios, como a dar una respuesta adecuada, en el caso de que estos se produjeran.

También se han incluido en este documento, elementos encaminados a informar y formar a toda la comunidad educativa del CDP SAFA MONTELLANO sobre que es este SARS-CoV-2, sus características, vías de contagio y las medidas preventivas necesarias para evitar estos contagios.

## 3. Composición de la Comisión Específica COVID-19.

Para la elaboración y mantenimiento del Protocolo, así como del resto de documentación para hacer frente a la COVID-19 se ha constituido una COMISIÓN DE COVID-19 compuesta por:

CARGO EN LA COMISIÓN	CARGO EN EL CENTRO	NOMBRE Y APELLIDOS
Presidente	Director/a Gerente	D. Ángel Acedo López
Secretario	Interlocutor PRL	D. Manuel Díaz Palma
Miembro	Delegado de PRL	D. José Antonio Expósito Piñas
Miembro	Miembro consejo escolar representante de docente	Srta . Montse Cobo Navarro
Miembro	Miembro consejo escolar representante familias	D. Eloy Ordoñez González
Miembro	Miembro de consejo escolar representante del PAS	Srta. Carmen Cabezas Palma
Asesor externo	Sanitario de centro de salud de referencia	Srta Margarita García González
Asesor externo	Representante del ayuntamiento	Srta. María Zamora Álvarez

## 4. Actuaciones Previas a la apertura de los centros

### 4.1 Medidas Generales.

- Limpieza general previa al inicio de las clases: Antes del inicio del curso se realizará una limpieza y desinfección de todas las estancias del centro educativo. Posteriormente, una vez iniciado el curso escolar, se continuará con las limpiezas programadas en el Plan de Limpieza más Desinfección L+D. **Se desinfectarán los patios antes de la entrada y después de la salida del alumnado y los servicios , antes y después de los recreos.**
- Se organizarán los espacios y aulas, para adaptarlos a las decisiones tomadas en cuanto a la organización del alumnado, mediante distanciamiento social y/o grupos de convivencia escolar.
- Con el fin de limitar los contactos interpersonales, el grupo clase se ha configurado como un **GRUPO DE CONVIVENCIA**

Los grupos de convivencia escolar reunirán las siguientes condiciones:

- Los alumnos y alumnas del grupo se relacionarán entre ellos de modo estable, pudiendo socializar y jugar entre sí, sin tener que garantizar la distancia de seguridad.
- Estos grupos, reducirán las interacciones con otros grupos del centro educativo, limitando al máximo su número de contactos con otros miembros del centro.
- Utilizarán su aula de referencia donde desarrollarán, siempre que sea posible y las características de las materias y asignaturas así lo permitan, toda su actividad lectiva, siendo los docentes, quienes se desplacen por el centro.
- Todos los refuerzos y apoyos pedagógicos al alumnado del grupo se llevarán a cabo siempre dentro del aula o las aulas de referencia
- En los tiempos de recreo o descanso, se reducirá el contacto con otros grupos de convivencia escolar, y la vigilancia se llevará a cabo por el tutor u otro docente que imparta clase en el mismo grupo de convivencia escolar

### 4.2 Medidas Específicas para el alumnado

- Se han adaptado los espacios del centro educativo para albergar, con el menor nivel de riesgo posible, al alumnado de SAFA, para ello se ha realizado un estudio profundo sobre la mejor organización del alumnado y su distribución en los diferentes espacios.
- Se han dotado las aulas de gel hidroalcohólico para el higienizado de manos al entrar al colegio o al aula de clase.
- Para el recreo se han optimizado los espacios abiertos existentes en el centro. Se han sectorizado los espacios existentes, limitando el contacto entre los diferentes grupos de convivencia.
- Se informará al alumnado la necesidad de mantener los 1,5 metros de distancia entre ellos mientras se merienda en el recreo, ya que en estos casos se tienen que retirar la mascarilla, que será guardada en una bolsa o contenedor hermético.
- Los grupos de convivencia de Secundaria realizan los recreos en espacios diferentes y horarios diferentes respecto a Infantil y Primaria, para evitar la interacción de componentes de diferentes grupos de convivencia.
- A cada alumno/a se le asignará un pupitre fijo y no podrá compartir el material escolar. La mochila se quedará en su taquilla.

### 4.3 Medidas para la limitación de contactos.

- Se han establecido los recorridos para que la comunidad educativa se desplace con seguridad por el interior del centro.
- Se han tomado medidas para organizar y controlar el acceso al centro.
- Medidas de protección del personal de Secundaria : mascarillas y guantes cuando sea necesario
- En 2º ESO , el alumnado debería acudir a clase con el siguiente KIT : Mochila o bolsa de tela y en su interior guardado en otra bolsa : 2 mascarillas higiénicas/quirúrgicas y una bolsita , para guardar una de ellas , gel hidroalcohólico, desinfectante, pañuelos de papel desechables , botella de agua con su nombre y material escolar con su nombre. La mochila se quedará en su pupitre o en la taquilla y no podrá moverse de su sitio.

### 5. Actuaciones de educación y promoción de la salud.

Las medidas higiénicas principales que deberán aplicarse y que deben ser trasladadas a toda la comunidad educativa son:

- Lavarse las manos con frecuencia siguiendo las pautas de una correcta higiene de manos y durante el tiempo establecido como necesario, es decir unos 40-60 segundos de limpieza a fondo de manos, dedos y uñas. Se lavarán :
  - Al entrar en el centro
  - Antes de salir al recreo
  - Después de acabar el recreo
  - Antes de salir del colegio.
- No tocarse boca, nariz u ojos con las manos sin lavar ya que de esta forma se evita la transmisión
- No compartir objetos de uso personal, bolígrafos, pequeñas herramientas manuales,...
- Ventilar los espacios periódicamente, al menos 5 minutos cada 4 horas, aunque la premisa dada es que ventilará al menos 10 minutos entre cada cambio de clase, abriendo puertas y ventanas del espacio utilizado. Y si las condiciones climáticas lo permiten y no hay corrientes de aire fuertes, dejar en todo momento abiertas puertas y ventanas
- Aplicar las medidas de higiene respiratoria: taparse con un pañuelo desechable al estornudar, toser tirando el pañuelo a continuación, si no es posible, taparse con el codo. Lavarse las manos a continuación
- Uso obligatorio y continuado en Secundaria de mascarilla para todos los componentes de la Comunidad Educativa mayores de 6 años.
- Mantener distanciamiento físico de 1,5 metros, y cuando no se pueda garantizar se mantendrá la máxima separación posible, entre alumnos, en el aula o espacio en el que se está impartiendo clase o realizando cualquier actividad, además del uso obligatorio de mascarilla para los mayores de 6 años.

## 6. ORGANIZACIÓN 2º SECUNDARIA .

Las presentes actuaciones previas a la apertura del centro pretende organizar varios de los aspectos fundamentales del centro para su buen funcionamiento, incluyendo medidas de higiene, limpieza y controles sanitarios, también medidas técnicas y organizativas que deben aplicarse como las distancias de seguridad que deben mantenerse entre las personas y la distribución de horarios y espacios que permitan evitar contactos masivos. Este Plan de inicio de curso cumple con lo establecido en el documento de “Medidas de prevención, higiene y promoción de la salud frente a covid-19 para centros educativos en el curso 2021-2022” y las Instrucciones de 13 de Julio de 2021, de la Viceconsejería de Educación y Deporte relativas a la organización de los centros docentes y a la flexibilización curricular para el curso 2021 / 2022 .

### 1. Entrada y salida del centro:

En este curso académico y mientras dure la pandemia por SARS-CoV-2, tanto la entrada, como la salida del alumnado al centro SAFA MONTELLANO, debe realizarse de forma **escalonada** para evitar aglomeraciones que pueden darse en la puerta de acceso y en el patio. Para esto, se llevarán a cabo las siguientes propuestas:

- Todo el personal docente y no docente al llegar al centro debe esterilizarse las manos, ya sea lavándolas o usando gel hidroalcohólico. No obstante, lavarse las manos con agua y jabón es la opción recomendada , seguida de gel hidroalcohólico y desinfectando mochilas en caso de ser necesario.
- Abrir el acceso al patio y al Centro con suficiente antelación e informar a las familias de la importancia de acceder al centro de forma escalonada y cumpliendo el horario.
- El centro ha organizado el acceso y la salida del centro para evitar la concentración de personas y en su caso, garantizando el distanciamiento social necesario y el uso de mascarillas. El alumnado de 2º ESO , entrará en la franja horaria :
  - **7.55 h – 7.59 h:** El acceso por la C/ Guadalete ( Puerta Verde Grande ). Tutor o profesor/a, recibirá al alumnado en la puerta . Una vez dentro , se procederá a la desinfección de manos e irá a formar filas al patio , para ir a su clase por la rampa hacia la escalera exterior , para ir a su aula .
  - **Días de Lluvia : Entrada a las 8.01 – 8.05 .** El acceso por la C/ Matahacas ( Puerta Principal ). Tutor o profesor/a, recibirá al alumnado en la puerta . Una vez dentro , se procederá a la desinfección de manos formar filas y por la escalera interior van a clase.

- El centro ha organizado la salida de SAFA para evitar la concentración de personas y en su caso, garantizando el distanciamiento social necesario y el uso de mascarillas. El alumnado de 2º ESO , realizará el siguiente procedimiento para salir del colegio :
  - **14.32 h:** Saldrán los primeros por la escalera interior y abandonarán el centro por la Puerta Principal de la calle Matahacas.

**Las familias que se encuentren fueran del recinto educativo, deben guardar en todo momento la distancia social y el uso de mascarillas. Una vez recogido al menor , deben abandonar lo antes posible el recinto educativo**

- En cuanto a los familiares del alumnado:
  - Se recomienda que midan la temperatura de estos antes de llevarlos al centro. En el caso de que tuvieran fiebre (37°.5) o presentaran alguno de los síntomas compatibles con al COVID-19 no deberán asistir al centro.
  - **No estará permitido llevar juguetes de casa al centro , ni cualquier otro objeto que no sea material escolar.**

## **2. Acceso de familias y otras personas ajenas al centro.**

Los familiares del alumnado que acceden eventualmente al centro a realizar gestiones o a acompañar al alumnado de menor edad se realizarán atendiendo a las siguientes disposiciones:

- La entrada o permanencia de los familiares se limitará lo máximo posible, de tal forma que el familiar acompañe hasta la puerta del recinto educativo o la zona de realización de la fila al menor y lo deje allí hasta la hora de entrada al colegio, dejando al menor en esta zona al cuidado de monitores o profesorado.
- Durante la entrada o salida del alumnado, no se atenderá en Secretaría y Administración para evitar la confluencia de más personas en el centro educativo a la misma hora, aunque se seguirá atendiendo al público tras solicitar cita previa a través de la tutora o de forma telemática mediante teléfono (**954 875211**) o correo electrónico de la tutora (**jaexposito@fundacionsafa.es**).
- La atención al público se realizará en horario distintos al de entradas y salidas del alumnado, mediante cita previa
- Las familias o tutores sólo podrán entrar al edificio escolar en caso de necesidad o indicación del profesorado o del equipo directivo, cumpliendo siempre las medidas de prevención e higiene.
- Se recomendará, cuando sea posible, que las personas adultas que acompañen al alumnado no pertenezcan a los grupos de riesgo o vulnerables.

### 3. Servicios.

- El alumnado de 2º ESO , tendrá a su disposición el servicio del edificio de ESO :
  - **Edificio de ESO:** Utilizarán en tramos horarios de 15 m , durante la jornada lectiva y tras venir de los recreos

<b>TRAMOS</b>			
<b>08.15 – 8.29</b>	<b>09.15 – 09.29</b>	<b>11.15 – 11.30</b>	<b>13.15 – 13.30</b>

- Se utilizará papel desechable
- Ventilación frecuente
- Aforo del 50% ( 5 alumnos/as )
- Gel de mano

### 4. Desplazamientos del alumnado y del personal durante la jornada lectiva.

#### MEDIDAS GENERALES

- Se ha organizado el centro educativo, de tal forma que los grupos de convivencia escolar permanezcan en su aula de referencia el mayor número de clases posible. Se evita así que se produzcan desplazamientos de alumnos.
- Siempre que sea posible, los pasillos del centro educativo son unidireccionales.
- Si los pasillos son lo suficientemente anchos, se podrá permitir que la comunidad educativa se desplace en ambos sentidos, delimitando cada uno de ellos mediante una franja longitudinal en el suelo e indicando con flechas en el suelo o pared, cada sentido de circulación. Se transitará por la derecha del pasillo como norma general.
- Se informará al alumnado que los desplazamientos por el interior de los centros educativos se realizará con calma, sin correr, sin jugar y sin empujarse, caminando sin agolparse y por la parte derecha del pasillo, lo más cerca posible de la pared
- El tránsito de profesionales y alumnado se realizará siempre con la mascarilla colocada correctamente, salvo las excepciones previstas.
- Cuando haya desdobles , los grupos saldrán en el siguiente orden :
  - Primero : 1º ESO
  - Segundo : 2º ESO
  - Tercer : 3º ESO
  - Cuarto : 4º ESO

## 5. Recreos.

- El centro ha organizado los recreos de Secundaria, para evitar que se mezclen los distintos grupos de convivencia, sectorizando los dos patios, en dos sectores cada uno y separado por vallas, para que no se mezclen los distintos grupos de convivencia de Secundaria. Aspectos relevantes :
  - **Hora de salida :** 09.59 h / 12.14 h  
Procedimiento:
    - Desinfección de manos en clase
    - Bajan al patio de abajo , a la zona derecha , junto a la rampa tras 1º ESO.
  - **Finalización del recreo :** 10.10 h / 12.25  
Procedimiento:
    - Forman filas en el patio junto a tutor/a – profesor/a
    - Acceden a los servicios , cuando 3º ESO haya finalizado
    - Al entrar en clase , desinfección de manos

## 6. Reuniones, actos, visitas.

Durante el curso 2021/2022 debe evitarse, en la medida de lo posible, las reuniones presenciales. Si no es posible se reducirán al mínimo tanto el número de participantes como el de reuniones, sobre todo si el número de asistentes es elevado. Estas reuniones se deberán realizar preferentemente a través de videoconferencia y si no es posible se realizarán en espacios donde sea posible garantizar la distancia interpersonal de 1.5 m así como unas condiciones de renovación de aire y climatización adecuadas:

- Se dará la información inicial y se compartirá esta documentación y las medidas adoptadas mediante el envío de un dossier al inicio del curso escolar o colgado en la web del colegio ( [montellano.safa.edu](http://montellano.safa.edu) ).
- Se recomienda de igual forma que se eliminen o disminuyan al mínimo las interacciones o contactos estrechos entre docentes, por lo que se deberá evitar la programación y realización de reuniones presenciales entre profesionales sin mantener las medidas de distanciamiento e higiene como es el uso de mascarilla
- Se deberá establecer un calendario de reuniones o visitas de familiares a tutores y tutoras y este calendario debe ser conocido por el Servicio de Limpieza para que tras cada reunión y previamente a realizar la siguiente, se proceda a la L+D de la sala, así como a su ventilación.
- Se recomienda citar para las reuniones de tutoría a un solo familiar del alumnado, utilizar una sala debidamente limpiada y desinfectada, que cuente con una mesa que permita mantener la distancia personal de 1.5 metros.

## 7. Instrucciones a las familias

Se debe habilitar un canal oficial de comunicación con las familias, este canal de comunicación deberá ser ágil, continuado para evitar que noticias falsas o no totalmente ciertas circulen entre la comunidad educativa. **Se propone como canal oficial la cuenta SAFANET**

Se informará a las familias, al inicio del curso, sobre las normas de prevención y protección frente al COVID-19 que se han implantado en SAFA .

Las familias vigilarán el estado de salud de sus hijos/as y realizarán toma de temperatura todos los días antes de salir de casa para ir al centro educativo. Si el alumnado tuviera fiebre (37.5) o síntomas compatibles con COVID-19 no deberá asistir al centro, pero sí notificarlo y contactar con su centro de salud.

El alumnado que presenta condiciones de salud que le hacen más vulnerables para COVID19 (por ejemplo, enfermedades cardiovasculares, diabetes, enfermedades pulmonares crónicas, cáncer, inmunodepresión o hipertensión arterial), podrá acudir al centro, siempre que su condición clínica esté controlada y lo permita y manteniendo las medidas de protección de manera rigurosa. Esta información será trasladada por el familiar al tutor o tutora de su hijo/a

## 8. Ventilación y uso del aire acondicionado

Se debe ventilar mediante la apertura de ventanas y puertas las aulas y demás estancias del centro, se hará al menos dos veces cada día pero se recomienda que se haga el mayor número de veces posible, incluso si las condiciones ambientales y meteorológicas lo permiten, se recomienda impartir las clases con puertas y ventanas abiertas. Eso sí, no será posible mantener las ventanas abiertas si debido al viento existente se producen corrientes fuertes de aire en el interior de las clases o estancias.

Cuando sea necesario mantener en funcionamiento equipos de aire acondicionado (incluidos los autónomos tipo Split), debido a las condiciones de temperatura, habrá que evitar que produzcan corrientes de aire usándolos a la mínima velocidad. No estará permitida la función de recirculación de aire. Dichos equipos serán limpiados y desinfectados periódicamente. Se recomienda una limpieza y desinfección diaria de las superficies externas de los equipos (superficie de impulsión y retorno) con los productos habituales de limpieza y desinfección de superficies, mediante bayeta, y semanalmente se desinfectará, a finales de la jornada, el filtro, para ser colocado al día siguiente. Estas frecuencias pueden variar en función de las horas de uso, del tipo de usuario y de la ocupación del espacio.

## 9. Resumen distribución alumnado

<b>PRIMERO DE SECUNDARIA</b>	
<b>AULA QUE OCUPA</b>	1° SECUNDARIA
<b>GCE / DS*</b>	GCE / SÍ
<b>ZONA DE PATIO</b>	Patio de abajo. Zona derecha, junto a la rampa
<b>HORARIO DE ENTRADA</b>	7.55 – 7.59
<b>HORARIO DE SALIDA</b>	14.32
<b>ACCESO ENTRADA</b>	C/ Guadalete . Puerta Verde Grande
<b>ACCESO SALIDA</b>	C/ Matahacas. Puerta Principal
<b>DÍAS DE LLUVIA</b>	
<b>HORARIO – ACCESO DE ENTRADA</b>	08.01 – 08.05 C/ Matahacas , Puerta Principal
<b>HORARIO – ACCESO DE SALIDA</b>	14.32 . C/ Matahacas , Puerta Principal
<b>OBSERVACIONES</b>	El alumnado que llegue tarde y la puerta de su acceso está cerrada , deberá entrar por la Puerta Principal y en último lugar. Mientras espera , deben guardar 1.5 con el resto de alumnos/as. Cuando se incorpore a lo largo del día , se entrará por la puerta principal.

GCE : Grupo de Convivencia Escolar

DS : Si se puede mantener la distancia Social de 1.5m o 1.2 m , dentro del aula

## 6. Protocolos de actuación, en colaboración con el ámbito sanitario.

### Si los síntomas aparecen en el domicilio:

Si una alumna o alumno, presenta los síntomas en su domicilio, la familia se pondrá en contacto con su centro de Salud ( **Tlf Centro Salud Montellano : 954 87 58 45** ), además deberá llamar al Centro ( **Tlf : 954 87 52 11** ) para notificar su situación y la aparición de los síntomas compatibles con la enfermedad y mantendrá al centro debidamente informado de su evolución y de las indicaciones dadas por el centro de Salud.

### Si los síntomas aparecen en el centro:

Si los síntomas aparecen en una alumna o alumno durante su estancia en el centro , se le aislará a este alumnado en la sala habilitada, se le invitará a que mantenga en todo momento la mascarilla o se le dará una si no la tiene, al perderla o si es menor de 6 años. Se avisará a sus familiares para que acudan al centro inmediatamente para poder llevárselo al domicilio familiar y desde allí contactar con los servicios de salud a través del teléfono ( **Tlf Centro Salud Montellano : 954 87 58 45** )

### El caso sospechoso pasa a ser confirmado:

Para la reincorporación a las clases de una alumna o alumno, hasta que la autoridad sanitaria no lo permita, no podrá volver a las clases.

## 7. Difusión del protocolo.

En base a la Evaluación de Riesgos Laborales realizada, el interlocutor de PRL del centro informará a la comunidad educativa de las medidas preventivas adoptadas en el centro SAFA MONTELLANO, para la lucha contra la pandemia derivada del SARS-COV-2, así como de las acciones a tomar en base al presente protocolo. Además de ello, se informará de manera periódica sobre cualquier modificación relativa al presente documento o a nuevas medidas adoptadas. Dicha comunicación se realizará preferentemente por vía telemática, aunque se pueden usar las siguientes vías:

- Envío de correos electrónicos.
- A través de los diferentes miembros del equipo directivo, en reuniones periódicas, dejando constancia escrita de la información facilitada.
- Mediante cartelería informativa en el tablón de anuncios.
- Página web / RR.SS
- Delegadas/os de madres y padres.

## ANEXO 1: Información general.

### ¿Cuáles son los síntomas del nuevo coronavirus?



Los síntomas más comunes de la nueva enfermedad por coronavirus (COVID-19) son:

Fiebre



Tos

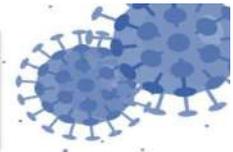


Sensación de falta de aire



El **80%** de los casos presenta síntomas leves

### ¿Has estado en contacto con alguien con síntomas de COVID-19?



**Si has sido un contacto “estrecho”, es decir:**

- Has sido cuidador/a de esa persona
- Has tenido un contacto a menos de 2 metros de forma continuada

**#Cuarentena  
EnCasa**

**No debes salir  
en 14 días salvo:**

- Necesidad de asistencia sanitaria
- Indicación por trabajar en servicio esencial

**Y si  
tienes  
síntomas**

**#Aíslate  
Quédate  
en tu  
habitación**

Consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)

26 marzo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)

**#ESTE  
VIRUS  
LO  
PARAMOS  
UNIDOS**



## Síntomas del covid-19\*

### Síntomas más comunes



\*Las personas infectadas no necesariamente presentan todos los síntomas. En algunos casos, pueden no tener ninguno.

\*\*En caso de presentar este síntoma se recomienda buscar atención médica.

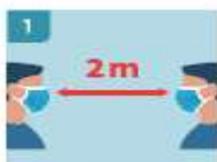
Fuentes: Heloisa Ravagnani (SBI - DF), Paulo Sergio Ramos (Fiocruz Recife), OMS, NHS, CDC

BBC

## Medidas Higiénicas Básicas



## Normas generales



**1**  
MANTENER DISTANCIA PERSONAL EN TODO MOMENTO



**2**  
EVITAR TODO SALUDO QUE IMPLIQUE CONTACTO FÍSICO



**3**  
LAVADO DE MANOS FRECUENTE



**4**  
EVITAR TOCARSE LA CARA, ESPECIALMENTE OJOS, NARIZ Y BOCA

## Colocación y retirada de guantes



**1**  
LÁVASE LAS MANOS ANTES DE COGER LOS GUANTES



**2**  
DESINFECTARSE LAS MANOS ANTES DE COGER LOS GUANTES



**3**  
TOCAR SOLO LA SUPERFICIE CORRESPONDIENTE A LA MUÑECA



**4**  
ESTIRE HASTA COLOCAR EL PRIMER GUANTE



**5**  
RETIRE EL SEGUNDO GUANTE PARA REPETIR EL PROCEDIMIENTO



**6**  
ASEGÚRESE SIEMPRE DE TIRAR DESDE LA PARTE DE LA MUÑECA



**7**  
YA TIENE COLOCADO AMBOS GUANTES



**8**  
PARA RETIRAR LOS GUANTES, PELLÍZQUE POR EL EXTERIOR DEL PRIMER GUANTE



**9**  
PARA RETIRAR EL SEGUNDO GUANTE, DESLICE LOS DEDOS SIN TOCAR EL EXTERIOR



**10**  
INMEDIATAMENTE DESECHE LOS GUANTES EN UN CUBO CERRADO SIN TOCAR EL EXTERIOR

## Limpieza de manos



**1**  
MÓJESE LAS MANOS



**2**  
UTILICE JABÓN



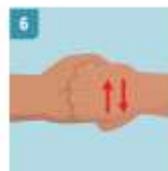
**3**  
FROTAR LAS MANOS PALMA A PALMA



**4**  
ENJABONE BIEN EL DORSO DE SUS MANOS



**5**  
FROTE ENTRE SUS DEDOS



**6**  
ASEGÚRATE DE LIMPIAR BIEN LAS UÑAS FROTANDO CON LAS MANOS CERRADAS



**7**  
FROTE LOS PULGARES CON MOVIMIENTOS ROTATORIOS



**8**  
LÁVESE LAS VEMAS Y UÑAS DE LOS DEDOS



**9**  
ACLARAR LAS MANOS



**10**  
SECAR CON UNA TOALLA DESECHABLE



**11**  
USE LA TOALLA PARA CERRAR EL GRIFO

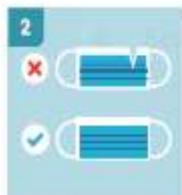


**12**  
SUS MANOS ESTÁN LIMPIAS

## Colocación y retirada de mascarillas



1  
LÁVASE LAS MANOS ANTES DE USAR LA MASCARILLA.



2  
ASEGÚRESE QUE LA MASCARILLA NO ESTE DAÑADA.



3  
UBIQUE LA TIRA METÁLICA Y COLOCARLA EN EL PUENTE DE NARIZ.



4  
ASEGURE LAS CUERDAS DETRÁS DE SU CABEZA O SOBRE SUS OÍDOS.



5  
ASEGÚRESE DE CUBRIR LA BOCA Y LA NARIZ.



6  
PRESIONE LA TIRA METÁLICA PARA AJUSTAR LA FORMA DE LA NARIZ.



7  
REEMPLACE LA MASCARILLA SI SE HUMEDECE Y NO LA REUTILICE.



8  
NO TOQUE LA MASCARILLA MIENTRAS LA UTILICE. SI LO HACE, LÁVASE LAS MANOS.



9  
RETIRE LA MASCARILLA POR DETRÁS SOSTENIENDO LAS CUERDAS CON LAS MANOS LIMPIAS.



10  
INMEDIATAMENTE DESECHE LA MASCARILLA EN UN CUBO CERRADO SIN TOCAR EL FRENTE.