



**FORMACIÓN E INFORMACIÓN EN MATERIA DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES FRENTE A LA EXPOSICIÓN AL CORONAVIRUS SARS CoV-2, PARA EL PERSONAL AL SERVICIO DE LA ADMINISTRACIÓN EDUCATIVA NO UNIVERSITARIA, DURANTE LA REAPERTURA PARCIAL DE LOS CENTROS EDUCATIVOS**

**ÍNDICE:**

**1. INTRODUCCIÓN**

**2. FORMACIÓN PARA LAS PERSONAS TRABAJADORAS**

**3. INFORMACIÓN PARA LAS PERSONAS TRABAJADORAS**

**4. ANEXOS:**

**4.1.RECOMENDACIONES SOBRE EL LAVADO DE MANOS**


**4.2.RECOMENDACIONES SOBRE EL USO CORRECTO DE LAS MASCARILLAS**

**4.3.RECOMENDACIONES SOBRE EL USO CORRECTO DE LOS GUANTES**

**4.4.RECOMENDACIONES PARA LA GESTIÓN DE LAS EMOCIONES**

**4.5.LISTADO DE CORREOS ELECTRÓNICOS DE LAS UNIDADES DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DE LAS DELEGACIONES TERRITORIALES**

**4.6.INFOGRAFÍAS VARIAS DE LAS AUTORIDADES SANITARIAS**

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 1/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	
			



## 1. INTRODUCCIÓN

Tras la publicación del Real Decreto 463/2020, de 14 de marzo, por el que se declara el estado de alarma para la gestión de la situación de crisis sanitaria ocasionada por la COVID-19, el Ministerio de Sanidad ha pasado a ser la Autoridad única y desempeñar un papel clave en la coordinación de las acciones del Gobierno en materia de prevención de riesgos laborales. Del mismo modo, al amparo de la normativa estatal y autonómica en materia de Salud Pública, también serán de obligado cumplimiento las instrucciones que sobre esta materia dicte la Consejería de Salud y Familias de la Junta de Andalucía.

En este contexto, el Ministerio de Sanidad ha elaborado conjuntamente con entidades como el Instituto Nacional de Seguridad y Salud en el Trabajo, la Inspección de Trabajo y Seguridad Social y otras, un documento que recoge las indicaciones que en esta situación deben seguir los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales: Procedimiento de actuación para los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales frente a la exposición al Coronavirus (SARS-COV-2). El citado documento se actualiza periódicamente en función de las necesidades y del avance del nivel de conocimientos sobre la pandemia.

En el referido documento se menciona que los Servicios de Prevención de Riesgos Laborales (SPRL) están llamados a cooperar con las autoridades sanitarias, adaptando su actividad y recomendaciones con el objetivo general de limitar los contagios de SARS-CoV-2.

La formación y la información a todo el personal son fundamentales para poder implantar medidas organizativas, de higiene y técnicas, en una circunstancia tan particular como la actual, evitando incertidumbres y riesgos psicosociales. Se potenciará el uso de carteles con un lenguaje sencillo e icónico que fomente la asimilación de las medidas de higiene y prevención.

El objetivo del presente documento es facilitar el acceso a la información y formación a las personas trabajadoras de la Consejería de Educación y Deporte, que se van a incorporar al trabajo presencial, en la reapertura parcial de los centros educativos, para prevenir contagios del coronavirus SARS CoV-2, siguiendo las medidas y recomendaciones indicadas por las Autoridades Sanitarias.

Para acceder a la información actualizada sobre el nuevo coronavirus SARS-CoV-2 y sobre la enfermedad que causa, COVID-19, se le facilita la página web del Ministerio de Sanidad y la página web de la Consejería de Salud y Familias de nuestra Comunidad Autónoma, a través de los siguientes enlaces:

<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/home.htm>

[https://www.juntadeandalucia.es/organismos/saludyfamilias/areas/salud-vida/paginas/Nuevo\\_Coronavirus.html](https://www.juntadeandalucia.es/organismos/saludyfamilias/areas/salud-vida/paginas/Nuevo_Coronavirus.html)

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 2/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSjW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	



## 2. FORMACIÓN PARA LAS PERSONAS TRABAJADORAS

### CURSOS DEL INSTITUTO ANDALUZ PARA LA ADMINISTRACIÓN PÚBLICA:

- Prevención de riesgos en tiempos del COVID-19. Belén Quirantes, personal sanitario del Centro de Prevención de Riesgos Laborales de la Junta de Andalucía:

<https://www.youtube.com/watch?v=VhGYul2yIWw>

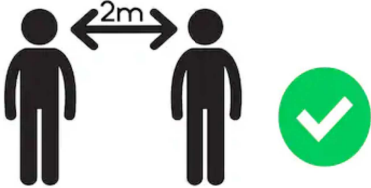
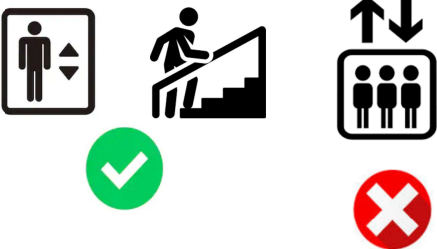
- Buenas prácticas en la reincorporación al trabajo presencial. Pilar Vilches y Javier Gracia, personal sanitario del Centro de Prevención de Riesgos Laborales de la Junta de Andalucía:

<https://www.youtube.com/watch?v=fETkQkXOYmQ&t=6s>

## 3. INFORMACIÓN PARA LAS PERSONAS TRABAJADORAS

### INFORMACIÓN PARA LAS PERSONAS TRABAJADORAS SOBRE LOS RIESGOS Y MEDIDAS PREVENTIVAS EN EL TRABAJO PRESENCIAL, CON MOTIVO DE LA COVID-19

#### RECOMENDACIONES GENERALES


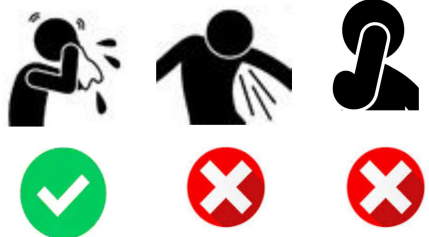
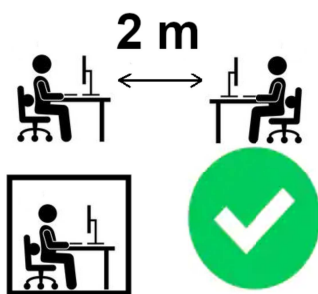

<p><b>En todo momento</b> (durante la jornada, en los descansos, en el acceso al centro y salida, etc), <b>debe mantenerse la distancia de 2 metros con el resto de personas. Si no fuese posible, es obligatorio el uso de mascarillas</b> (véase el Anexo de recomendaciones para el uso de mascarillas).</p>	
<p>Use preferentemente las escaleras al ascensor.</p> <p>En caso de usar el ascensor, <b>no debe haber más de una persona en la cabina, salvo casos excepcionales, debiendo usar mascarillas todas las personas.</b></p>	

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ MARIA ROSARIO SALAS COCA	03/06/2020 08:13:59 02/06/2020 10:21:33	PÁGINA 3/21
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB <a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>		





**RECOMENDACIONES GENERALES**

<p><u>Lávese frecuentemente y correctamente las manos, sobre todo al tocar objetos de uso común. Utilice agua y jabón durante 40 segundos al menos, o en su defecto, use gel hidroalcohólico (véase el Anexo sobre recomendaciones para lavado de manos de forma correcta).</u></p>	
<p><u>Cúbrase la nariz y la boca con un pañuelo al toser o estornudar, y deséchelo en un cubo de basura.</u></p> <p><u>Si no se dispone de pañuelos, emplee la parte interna del codo flexionado, para no contaminar las manos.</u></p> <p><u>Evite tocarse los ojos, la nariz o la boca y evite saludar dando la mano.</u></p>	
<p><u>Debe mantener la distancia interpersonal de 2 metros, siempre que sea posible.</u></p> <p>En los <u>despachos debe haber una sola persona</u>, a menos que sean lo suficientemente amplios para garantizar la distancia social de 2 m.</p>	
<p><u>Cada persona debe usar su propio material.</u></p> <p><u>Evite compartir material</u> (lápices, grapadoras, teléfonos, equipos informáticos, otros objetos) con l@s compañer@s. Si no es posible, hay que desinfectarlos, tras su uso.</p>	

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 4/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	





**RECOMENDACIONES GENERALES**

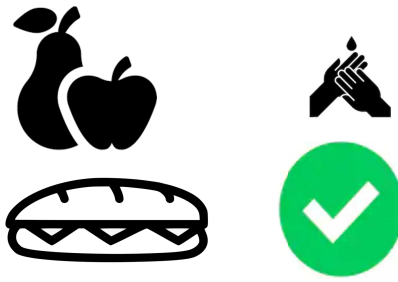



<p><b><u>Evite en lo posible compartir documentos en papel.</u></b></p> <p>Si no se puede evitar compartir la documentación, <b><u>lávese bien las manos.</u></b></p> <p>Las personas trabajadoras que deben manipular documentación, paquetes, exámenes o pruebas escritas, etc, <b><u>deben intensificar el lavado de manos.</u></b></p> <p><b><u>El uso generalizado de guantes no está recomendado,</u></b> salvo en casos excepcionales de manipulación de documentación, manipulación de alimentos o tareas de limpieza y desinfección (véase el Anexo sobre recomendaciones para el uso de guantes).</p>	
<p>Si la estancia de <b><u>aseos no</u></b> es suficientemente amplia como para <b><u>garantizar la distancia interpersonal de 2 metros, solo debe haber una persona usando el aseo a la vez.</u></b></p>	
<p><b><u>Las fuentes de agua deberán permanecer cerradas. Se recomienda acudir al centro con botella de agua o dispositivo similar.</u></b></p>	

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 5/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	





**RECOMENDACIONES GENERALES**


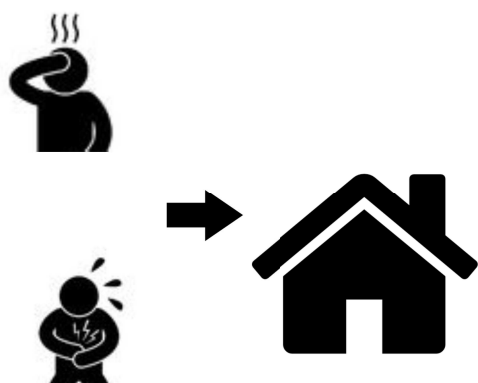
<p><b><u>Lávese bien las manos, antes de desayunar o tomar algo durante la jornada de trabajo.</u></b></p> <p>Tómelo preferentemente en su propia mesa, llevando preparado de casa: fruta, bocadillo o alimentos que no precisen el uso de microondas, tostadora o similar.</p>	
<p><b><u>Si detecta que falta jabón, papel desechable,</u></b> o algún otro material relacionado con las medidas de higiene o prevención, <b><u>informe a la persona coordinadora de su centro.</u></b></p>	
<p><b><u>Siempre que se pueda, priorice las opciones de movilidad que mejor garanticen la distancia interpersonal de 2 metros, evitando el uso de transporte público.</u></b> Si se ve obligado a usarlo, debe utilizar mascarilla.</p> <p>Desplácese al trabajo de forma individual preferentemente. Si su centro de trabajo no está demasiado lejos, <b><u>aproveche para hacer ejercicio y use la bici o vaya andando.</u></b></p>	
<p><b><u>En caso de presentar síntomas</u></b> compatibles con la COVID-19 (aunque éstos sean leves), <b><u>se abstendrá de acudir al trabajo, avisará</u></b> a la persona responsable del centro (personalmente o a través de otr@s compañer@s) y <b><u>por teléfono a su centro de salud</u></b> para seguir las indicaciones.</p>	

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 6/21
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	02/06/2020 10:21:33	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>





**RECOMENDACIONES GENERALES**

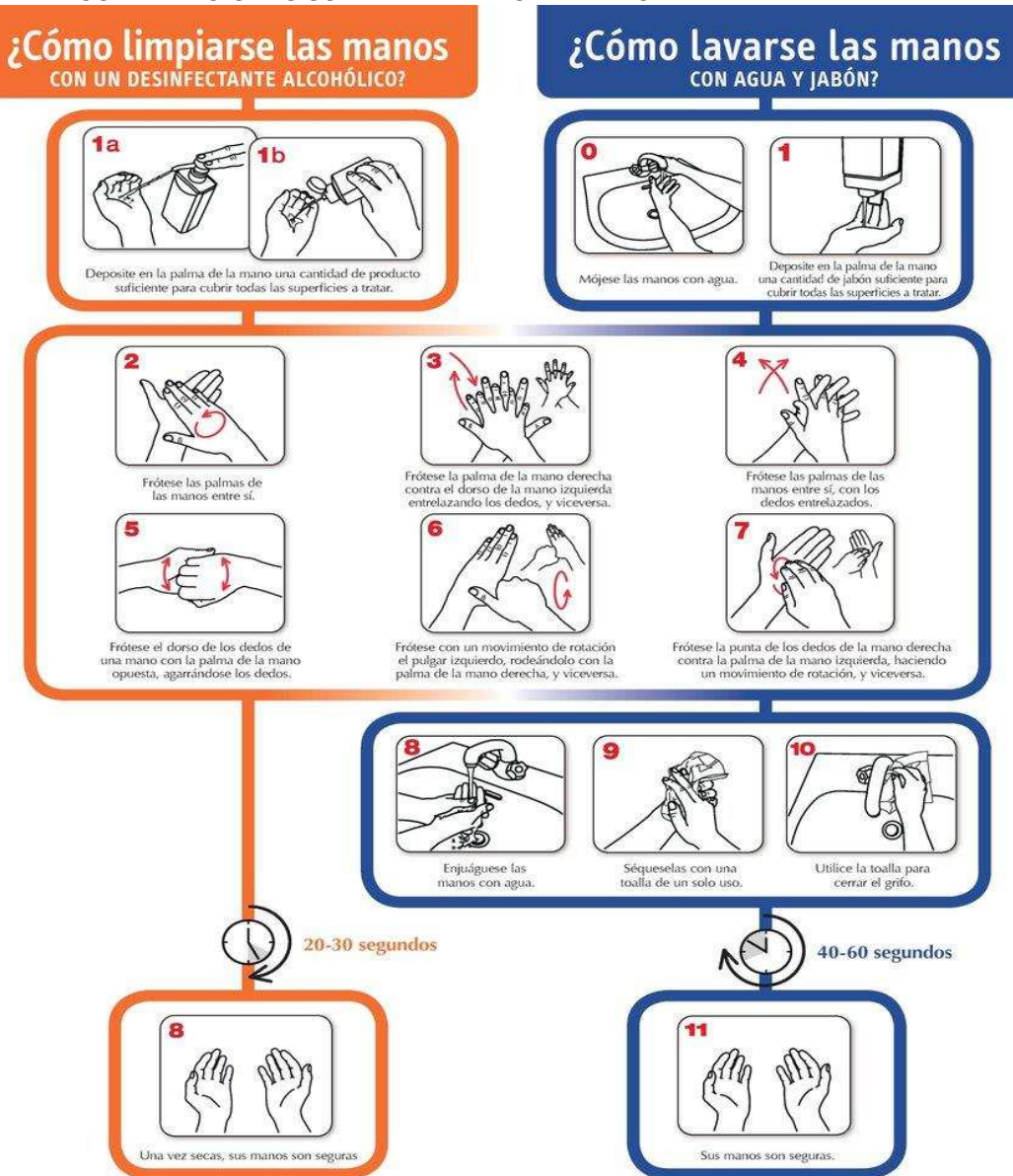
<p>Los síntomas más comunes son <b>fiebre o historia reciente de fiebre (68,7%)</b>, tos (68,1%), disnea o dificultad para respirar (31%), escalofríos (27%), dolor de garganta (24,1%), diarrea (14%), vómitos (6%) y otros síntomas respiratorios (4,5%).</p>	
<p>Si los <b>síntomas aparecen durante la jornada laboral</b>, la persona trabajadora extremará las precauciones, tanto de distancia de 2 metros, como de higiene respiratoria: utilizará pañuelos desechables y los tirará a la papelera con bolsa, se colocará una mascarilla quirúrgica y <b>se irá inmediatamente a su domicilio</b>. Asimismo, <b>avisará</b> a la persona responsable del centro (personalmente o a través de otr@s compañer@s) y <b>por teléfono al 900400061 o al teléfono de su centro de salud</b>.</p>	

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ MARIA ROSARIO SALAS COCA	03/06/2020 08:13:59 02/06/2020 10:21:33	PÁGINA 7/21
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB <a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>		





4.1. RECOMENDACIONES SOBRE EL LAVADO DE MANO



WORLD ALLIANCE for PATIENT SAFETY

La OMS agradece a los Hospitales Universitarios de Ginebra (HUG), en particular a los miembros del Programa de Control de Infecciones, su participación activa en la redacción de este material. Octubre de 2005, vetsi n 1

Organización Mundial de la Salud

La Organización Mundial de la Salud ha tomado todas las precauciones razonables para comprobar la información contenida en este documento. Sin embargo, el material publicado se distribuye sin garantía de ningún tipo, ya sea expresa o implícita. Compete al lector la responsabilidad de la interpretación y del uso del material. La Organización Mundial de la Salud no podrá ser considerada responsable de los daños que pudiere ocasionar su utilización.

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ MARIA ROSARIO SALAS COCA	03/06/2020 08:13:59 02/06/2020 10:21:33	PÁGINA 8/21
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	





### 4. 2. RECOMENDACIONES SOBRE EL USO CORRECTO DE LAS MASCARILLAS

#### Mascarillas higiénicas en población general



La mayoría de las personas adquieren la COVID-19 de otras personas con síntomas. Sin embargo, cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas sin síntomas o con síntomas leves. Por ello, el uso de mascarillas higiénicas en la población general en algunas circunstancias podría colaborar en la disminución de la transmisión del virus.

Esto es así, sólo si se hace un uso correcto y asociado a las medidas de prevención y se cumplen las medidas para reducir la transmisión comunitaria:

-   
**Si tienes síntomas, quédate en casa y aíslate en tu habitación**
-   
**Mantén 1-2 metros de distancia entre personas**
-   
**Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente**
-   
**Evita tocarte ojos, nariz y boca**
-   
**Cubre boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar**
-   
**Usa pañuelos desechables**
-   
**Trabaja a distancia siempre que sea posible**

Una mascarilla higiénica es un producto no sanitario que cubre la boca, nariz y barbilla provisto de una sujeción a cabeza u orejas

Se han publicado las especificaciones técnicas UNE para fabricar mascarillas higiénicas:

- Reutilizables (población adulto e infantil)
- No reutilizables (población adulto e infantil)



#### ¿CUÁNDO se recomienda su uso?







- Cuando no es posible mantener la distancia de seguridad en el trabajo, en la compra, en espacios cerrados o en la calle.
- Cuando se utiliza el transporte público.

#### ¿A QUIÉN se recomienda su uso?

A la población general sana



#### Haz un uso correcto para no generar más riesgo:

-  Lávate las manos antes de ponerla.
-  Durante todo el tiempo la mascarilla debe cubrir la boca, nariz y barbilla. Es importante que se ajuste a tu cara.
-  Evita tocar la mascarilla mientras la llevas puesta.
-  Por cuestiones de comodidad e higiene, se recomienda no usar la mascarilla por un tiempo superior a 4 horas. En caso de que se humedezca o deteriore por el uso, se recomienda sustituirla por otra. No reutilices las mascarillas a no ser que se indique que son reutilizables.
-  Para quitarte la mascarilla, hazlo por la parte de atrás, sin tocar la parte frontal, deséchala en un cubo cerrado y lávate las manos.
-  Las mascarillas reutilizables se deben lavar conforme a las instrucciones del fabricante.

21 abril 2020

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



FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 9/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	





## Como se coloca una mascarilla



**1**  
Lávate las manos durante 40-60 segundos antes de manipularla.



**2**  
Toca solo las gomas de la mascarilla.



**3**  
Póntela sobre nariz y boca, asegurándote de que no quedan grandes espacios entre tu cara y la mascarilla.



**4**  
Pasa las bandas elásticas por detrás de tus orejas.



**5**  
Pellizca la pinza nasal para ajustarla bien a la nariz.



**6**  
Evita tocar la parte exterior de la mascarilla. Si lo haces, lávate las manos antes y después.



**7**  
Antes de quitarte la mascarilla, lávate las manos.



**8**  
Retírala tocando sólo las bandas elásticas.



**9**  
Para desecharla, introdúcela en una bolsa de plástico cerrada en la basura y lávate las manos.

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 10/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	





### 4. 3. RECOMENDACIONES SOBRE EL USO CORRECTO DE LOS GUANTES



Pellizcar por el exterior del primer guante



Retirar sin tocar la parte interior del guante



Retirar el guante en su totalidad



Recoger el primer guante con la otra mano



Retirar el segundo guante introduciendo los dedos por el interior



Retirar el guante sin tocar la parte externa del mismo



Retirar los dos guantes en el contenedor adecuado

### 4.4. RECOMENDACIONES PARA LA GESTIÓN DE LAS EMOCIONES

#### Material visual para afrontar la gestión emocional en tiempos de la COVID-19:

- <https://www.youtube.com/watch?v=aS58m1wLEzc&feature=youtu.be>
- [https://canal.uned.es/video/5e6f3cb85578f204320e1962?track\\_id=5e6f47ce5578f204f00451d2](https://canal.uned.es/video/5e6f3cb85578f204320e1962?track_id=5e6f47ce5578f204f00451d2)

#### Artículos de interés del Colegio Oficial de Andalucía Occidental:

- <http://copao.cop.es/es/noticia.asp?pag=&id=1725&por=1>
- <http://copao.cop.es/es/noticia.asp?pag=&id=1732&por=1>

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 11/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSjW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	





### Impacto emocional por COVID-19

La expansión del coronavirus ha supuesto una situación de crisis global en todo el mundo.

Nuestras vidas han cambiado súbitamente y el impacto, según las circunstancias de cada persona, es diferente.

Es normal sentir intensas emociones, como miedo, tristeza, enfado y sentimientos de vulnerabilidad y falta de control.

Recuerda que lo que estas sintiendo es producto de las circunstancias que estamos viviendo.

Las emociones podrán ir variando a lo largo de los días y semanas, y en cada fase de este periodo podrán ser emociones fuertes, acordes a las circunstancias.

Aprender de la crisis que estamos viviendo y hacer frente a la situación no es fácil, pero cómo respondamos, a nivel individual y como sociedad, será determinante para superar esta etapa de la mejor manera posible.

**Esto acabará y seremos más fuertes**

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

### Estrategias que te pueden ayudar a CENTRAR tu energía en lo que TÚ puedes hacer

#### RECONOCE TUS EMOCIONES

- Identifica tus emociones e intenta no alimentarlas ni dejarte llevar por ellas.
- Compartirlas con personas cercanas te puede aliviar.
- La respiración y la relajación facilitará que dirijas tu atención a lo esencial.

#### ENFOCA TU ENERGÍA Y GENERA UNA RUTINA

Presta atención a lo que SÍ puedes hacer:

- Cumplir con las medidas del estado de alarma.
- Elaborar un horario con lo que quieras hacer cada día y tratar de mantenerlo.

#### CÉNTRATE EN LO QUE PUEDES HACER

- Intenta añadir a la rutina momentos de ocio y fomenta tu creatividad.
- Ayuda a los que te rodean y lo necesitan.
- Céntrate en objetivos que puedas cumplir y persevera.

#### CUÍDATE

- Mantén tus rutinas de higiene, alimentación y sueño.
- Intenta añadir momentos de actividad física.

#### DESCONECTA

- Evita la sobreexposición a la información sobre el coronavirus.
- Procura hablar de otros temas y trata de hacer cosas que te gusten y que te sirvan para cumplir tus objetivos.

#### MANTÉN EL CONTACTO SOCIAL

- Con amigos y familiares a través del teléfono y videollamadas
- Cuida de ti cuidando de otros.

#ESTE VIRUS LO PARAMOS UNIDOS



23 marzo 2020

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 12/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSjW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	



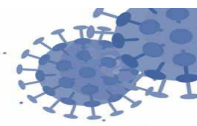


4.5. LISTADO DE CORREOS ELECTRÓNICOS DE LAS UNIDADES DE PREVENCIÓN DE RIESGOS LABORALES DE LAS DELEGACIONES TERRITORIALES

- Almería: gssld.al.ced@juntadeandalucia.es
Cádiz: gabinete.prevencion.dpca.ced@juntadeandalucia.es
Córdoba: unidaddeprevencion.dpco.ced@juntadeandalucia.es
Granada: unidadprevencion.dpgr.ced@juntadeandalucia.es
Huelva: gabinete.prevencion.dphu.ced@juntadeandalucia.es
Jaén: gssld.ja.ced@juntadeandalucia.es
Málaga: gssld.ma.ced@juntadeandalucia.es
Sevilla: uprl.dpse.ced@juntadeandalucia.es

4. 6. INFOGRAFÍAS VARIAS DE LAS AUTORIDADES SANITARIAS

¿Qué es el nuevo coronavirus SARS-CoV-2?



Los coronavirus son una amplia familia de virus que pueden causar infección en los seres humanos y en una variedad de animales (aves y mamíferos). En ocasiones pueden transmitirse de los animales a las personas.

El coronavirus SARS-CoV-2 es un nuevo tipo de coronavirus y produce la enfermedad COVID-19.

30 abril 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte
www.mscbs.gob.es
@sanidadgob



Table with 4 columns: FIRMADO POR, VERIFICACIÓN, and two columns for signature details including names, dates, and a verification URL.





## ¿Cómo se transmite el nuevo coronavirus?



La transmisión se produce por contacto directo de las mucosas de nariz, ojos o boca con las gotas respiratorias que emite una persona enferma al toser o estornudar; o a través de las manos contaminadas con esas gotas, al tocarse dichas mucosas.

Es poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de dos metros.

Cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas antes de desarrollar síntomas o con síntomas leves.

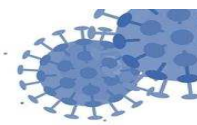


30 abril 2020

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



## ¿Existe tratamiento para el nuevo coronavirus?



No existe un tratamiento específico pero se están empleando algunos antivirales que han demostrado cierta eficacia en estudios recientes.



Sí existen tratamientos para el control de sus síntomas.

Al ser una infección producida por virus, los antibióticos NO deben ser utilizados como medio de prevención o tratamiento. Sin embargo, es posible que a los pacientes con COVID-19 se les administre por indicación médica antibióticos porque podrían padecer infecciones provocadas por bacterias.



7 mayo 2020

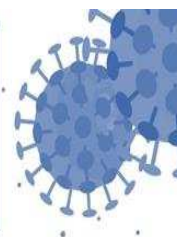
Consulta fuentes oficiales para informarte  
[www.mscbs.gob.es](http://www.mscbs.gob.es)  
[@sanidadgob](https://twitter.com/sanidadgob)



FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 14/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	



# ¿Qué puedo hacer para protegerme del nuevo coronavirus y otros virus respiratorios?



Lávate las manos frecuentemente y meticulosamente



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión



Al toser o estornudar, **cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado**



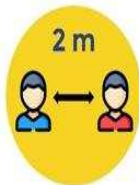
Utiliza  **mascarilla higiénica** cuando no sea posible mantener la distancia de seguridad o en el transporte público



Limpia con **regularidad** las superficies que más se tocan



Usa **pañuelos desechables** para eliminar secreciones respiratorias y tíralos tras su uso



Mantén **2 metros de distancia** entre personas



Si **presentas síntomas**, **aislate en tu habitación** y consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad

6 mayo 2020

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

#ESTE VIRUS  
LO PARAMOS UNIDOS



FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 15/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	





# COVID-19: qué hacer

Si presentas alguno de los siguientes síntomas:



Otros síntomas a valorar por su médico: disminución del olfato y del gusto, escalofríos, dolor de garganta, dolores musculares, dolor de cabeza, debilidad general, diarrea o vómitos, entre otros.

**Quédate en casa y llama al teléfono habilitado en tu Comunidad Autónoma**

Si tienes:



**Llama al 112**  
Es un teléfono de urgencias.  
Su buen uso depende de todos.

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

19 mayo 2020

Andalucía	900 400 061 / 955 545 060
Aragón	976 696 382
Asturias	900 878 232 / 984 100 400 / 112 marcando 1
Cantabria	900 612 112
Castilla La Mancha	900 122 112
Castilla y León	900 222 000
Cataluña	061
Ceuta	900 720 692
C. Madrid	900 102 112
C. Valenciana	900 300 555
Extremadura	112
Galicia	900 400 116
Islas Baleares	061
Canarias	900 112 061
La Rioja	941 298 333
Melilla	112
Murcia	900 121 212
Navarra	948 290 290
Pais Vasco	900 203 050



#ESTE VIRUS LO PARAMOS UNIDOS



FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ MARIA ROSARIO SALAS COCA	03/06/2020 08:13:59 02/06/2020 10:21:33	PÁGINA 16/21
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	





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



Si has tenido un contacto “estrecho” desde 48 horas antes del inicio de síntomas sin usar medidas de protección, en las siguientes circunstancias:

- Has sido cuidador/a de esa persona.
- Has estado en el mismo lugar a menos de 2 metros y durante más de 15 min.



**#Aíslate en tu habitación durante 14 días desde el último contacto**



Restringe al máximo las salidas de la habitación y de la casa. Si es imprescindible salir, hazlo con **mascarilla quirúrgica**.



Si presentas **síntomas** (fiebre, tos, dificultad respiratoria)



**Llama a tu centro de salud o al número de referencia de tu comunidad autónoma.**

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

22 mayo 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte:

[www.msbs.gob.es](http://www.msbs.gob.es)

@sanidadgob

**#ESTE VIRUS  
LO PARAMOS  
UNIDOS**



FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 17/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	





## Decálogo sobre cómo actuar en caso de tener síntomas de COVID-19:

Saber cómo actuar nos puede ayudar a **controlar mejor** las situaciones que puedan surgir estos días y a **prestar ayuda** a las personas de nuestro entorno. En caso de tener **síntomas** (fiebre o tos o dificultad respiratoria), sigue estos pasos:

- 1** **AUTO-AISLARSE** En una **habitación de uso individual** con ventana, manteniendo la puerta cerrada, y, si es posible, baño individual.  
Si no es posible: mantén la distancia de seguridad de 2 metros con el resto de convivientes y extrema la higiene.
- 2** **MANTENTE COMUNICADO** **Ten disponible un teléfono** para informar de las necesidades que vayan surgiendo y puedas mantener la comunicación con tus seres queridos.
- 3** **¿SENSACIÓN DE GRAVEDAD?** Si tienes sensación de falta de aire o sensación de **gravedad** por cualquier otro síntoma **llama al 112**.
- 4** **TELÉFONO DE TU COMUNIDAD AUTÓNOMA** Si no, **llama al teléfono habilitado en la comunidad autónoma** o contacta por teléfono con el centro de salud.
- 5** **AUTOCUIDADOS** Usa **paracetamol** para controlar la fiebre; ponte **paños húmedos** en la frente o date una ducha templada para ayudar a controlar la fiebre; **bebe líquidos**; **descansa**, pero moviéndote por la habitación de vez en cuando.
- 6** **AISLAMIENTO DOMICILIARIO** Ahora que ya has hecho lo más inmediato, estudia y aplica las **recomendaciones para el aislamiento domiciliario** e informa a tus convivientes de que tienen que hacer cuarentena.
- 7** **LAVADO DE MANOS** Asegúrate de que en casa todos conocen cómo hacer un **correcto lavado de manos**.
- 8** **SI EMPEORAS** **Si empeoras** y tienes dificultad respiratoria o no se controla la fiebre, **llama al 112**.
- 9** **14 DÍAS** Se recomienda mantener el **aislamiento 14 días** desde el inicio de los síntomas, siempre que el cuadro clínico se haya resuelto.
- 10** **ALTA** El **seguimiento y el alta** será supervisado por su médico de Atención Primaria o según indicaciones de cada Comunidad Autónoma.

Consulta fuentes oficiales para informarte

#ESTE VIRUS

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 18/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSjW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma	





### Recomendaciones para el aislamiento domiciliario en casos leves de COVID-19



Estas son las recomendaciones que se deben seguir si se está en aislamiento domiciliario por ser un caso leve de COVID-19.

**Lea atentamente estas recomendaciones y pregunte (telefónicamente) cualquier duda.**

**Sus familiares y convivientes deben recibir también la información.**

#### Lugar de aislamiento (debe disponer de teléfono en la habitación)



**Quédese en su casa**, evite salir de la habitación, manteniéndola ventilada y con la puerta cerrada.



**Evite distancias menores de 2 metros** de los convivientes.



**Evite visitas** a su domicilio. Si necesita ayuda con las compras, se las pueden dejar en la puerta.



**Utilice su propio baño**; si lo comparte, debe desinfectarse antes de que lo usen otros.



Tenga en la habitación **productos de higiene de manos**.



Tenga un **cubo de basura de pedal** en la habitación.

Los productos de desecho deben tirarse en la bolsa de plástico colocada dentro del cubo de basura. Anúdela bien antes de tirarla.

**La persona responsable de los cuidados será considerada contacto estrecho y deberá realizar cuarentena domiciliaria durante 14 días.**

#### Persona cuidadora



La persona cuidadora **no debe tener factores de riesgo de complicaciones**, y debe realizar **autovigilancia de los síntomas**



**Guantes para cualquier contacto** con secreciones



Utilice  **mascarilla** cuando compartan espacio



**Lave las manos** si entra en contacto, aunque haya usado guantes

#### Prevenir el contagio



**Tápese al toser y estornudar** con un pañuelo de papel



Tire el pañuelo en la **papelera**



**Lávese las manos** con agua y jabón



**No comparta utensilios** personales como toallas, vasos, platos, cubiertos y cepillo de dientes



**Póngase la mascarilla** si sale a espacios comunes o entra alguien en la habitación, mantenga la distancia y lávese las manos al salir



Comuníquese por un **teléfono** para evitar salir de la habitación

#### Limpieza



Use **lavavajillas** o fríegue con agua caliente



**No sacudir la ropa**, meterla en **bolsa hermética**. **Lavarse siempre las manos** después de tocar la ropa



Lave la ropa a **60-90º** y séquela bien



**Limpie a diario las superficies** que se tocan a menudo, baño e inodoro con bayetas desechables y lejía (1 parte de lejía al 5% por 50 partes de agua). **Lávese las manos al terminar**



**BOLSA 1** en la habitación, que se cierra y se introduce en la **BOLSA 2**, donde se introducen los guantes y mascarilla del cuidador y va a la **BOLSA 3** que va al contenedor de resto (ninguno de separación por reciclaje)

**Si nota empeoramiento comuníquelo a su profesional de referencia o al 112. Si algún conviviente o cuidador presenta síntomas no acuda a un centro sanitario y llame al teléfono habilitado por su Comunidad Autónoma.**

11 abril 2020



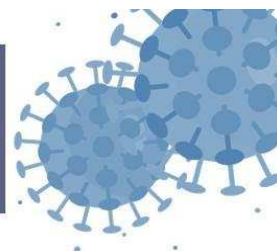
• Basada en la [Infografía de Recomendaciones para el paciente caso en investigación o caso confirmado leve en aislamiento domiciliario](#). Consejería de Sanidad de Asturias.

FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 19/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSjW9UK3NR542HGyDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	





# ¿Qué les digo a niños y niñas sobre el coronavirus?



Puedes comenzar preguntándoles qué saben sobre el coronavirus. Responde a todas sus preguntas de manera sencilla y transmitiendo calma.

**1** Es un nuevo virus que se descubrió en China en diciembre de 2019

**2** Los síntomas más frecuentes son:



FIEBRE



TOS



SENSACIÓN de FALTA de AIRE

Normalmente los casos presentan síntomas leves

**3** Recuérdales que está en su poder protegerse. ¿Cómo?



Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón

Al toser o estornudar, cúbrete la boca y la nariz con el codo flexionado o con un pañuelo desechable y tíralo a la basura



Evita tocarte los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión

Si te encuentras mal, avisa a un adulto



Es un momento crucial para enseñarles buenas medidas de higiene para toda su vida.

6 marzo 2020



FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 20/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	





**Lo paramos** si no te confías. **Lo paramos** si te mentalizas de que no va a ser fácil. **Lo paramos** cada vez que te lavas las manos. **Lo paramos** cuando te reúnes por videoconferencia. **Lo paramos** si te quedas en casa. **Lo paramos** si viajas solo cuando es imprescindible. **Lo paramos** si evitas lugares concurridos. **Lo paramos** cuando no compartes información falsa. **Lo paramos** si ayudas y haces caso a nuestros profesionales sanitarios. **Lo paramos** cuando confías en que vamos a superar esto.

**#ESTE  
VIRUS**

**LO  
PARAMOS  
UNIDOS**

**DETENER EL CORONAVIRUS ES RESPONSABILIDAD DE TODOS Y TODAS.  
SI TE PROTEGES TÚ, PROTEGES A LOS DEMÁS.**

**WWW.MSCBS.GOB.ES**



FIRMADO POR	JUAN CARLOS AUNION RUIZ	03/06/2020 08:13:59	PÁGINA 21/21
	MARIA ROSARIO SALAS COCA	02/06/2020 10:21:33	
VERIFICACIÓN	tFc2eSJW9UK3NR542HGYDQMLW6PZWB	<a href="https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma">https://ws050.juntadeandalucia.es/verificarFirma</a>	