Champagnat te cuida/26

Maristas NORANDINA

Cuidados contra el COVID-19

La prevención y el control de la propagación del COVID-19 es un compromiso de todos; por lo tanto, es importante cumplir con las recomendaciones estipuladas en los protocolos de bioseguridad ya que estas son las herramientas que permiten mantener entornos de trabajo y familias seguras. Además de las medidas preventivas como el lavado de manos, uso de tapabocas, cubrirse la boca al toser y estornudar, mantener el distanciamiento social y realizar limpieza y desinfección de aquellos espacios y artículos de uso diario, es necesario complementar estas medidas con:

Monitorear su salud: Esté atento a los síntomas como fiebre, tos, dificultad para respirar u otros síntomas del COVID-19

Controle su temperatura si presenta síntomas: Tenga en cuenta que no debe tomar la temperatura dentro de los 30 minutos posteriores a ejercitarse o después de haber tomado medicamentos que reducen la temperatura como el acetaminofén.

Recuerde que no todas las personas con COVID 19 presentan síntomas y así, es más fácil que se pueda propagar el virus.

Intensificar medidas preventivas en personas con mayor vulnerabilidad: Especialmente el distanciamiento social en personas mayores de 60 años o que presentan una enfermedad pulmonar crónica/ asma, afecciones cardiacas, Diabetes, Hipertensión, enfermedad renal crónica en tratamiento con diálisis, enfermedad hepática, Cáncer, obesidad grave (IMC 40 o más), y aquellas con el sistema inmunitario deprimido.

Desarrolle el cuestionario de condiciones de salud para evaluar síntomas: Complete las evaluaciones de salud de manera que ayuden a cumplir con las directrices de conformidad con lo establecido por las autoridades de salud pública local y estatal.

Acatar las medidas y los protocolos Los colaboradores tienen la responsabilidad de cooperar con el cumplimiento de las obligaciones en materia de SST, acatando las medidas de seguridad prescritas, velando, dentro de los límites razonables, por la seguridad de las otras personas (incluso evitando exponer a otras personas a riesgos de seguridad y salud) y utilizando los dispositivos de seguridad y los elementos de protección personal correctamente.

Establecer un compromiso comunitario Que permitan garantizar prácticas preventivas de salud e higiene comunitarias e individuales, de conformidad con las recomendaciones nacionales de contención de la salud pública.

Recuerde que los tiempos difíciles también son oportunidades para reconocer la resiliencia en nosotros y en nuestras familias.