

נגיף קורונה חדש- מידע לציבור בשפה הספרדית 17/3/20

### Nuevas pautas del Ministerio de Salud

#### Anuncio del Ministerio de Salud: está prohibido ir a parques, centros comerciales, la playa.

#### Aquí están las nuevas pautas del Ministerio de Salud:

1. No salga de la casa, excepto cuando sea absolutamente necesario (trabajo, de acuerdo con los límites prescritos que se establecen a continuación y de acuerdo con las reglamentaciones publicadas por separado, para comprar alimentos, medicamentos, recibir tratamiento médico y otras actividades esenciales).
2. No salga de su casa a parques, parques infantiles, la playa, la piscina, reservas naturales u otros espacios públicos, con la excepción de solo niños dentro del marco familiar o con un animal (solo).
3. No hay clases extracurriculares, ni siquiera con un pequeño número de participantes, incluidos clubes deportivos y gimnasios. Esta regla también se aplica a los círculos celebrados en un entorno público y en privado.

ajustes Una actividad deportiva no organizada se puede realizar en un grupo de hasta 5 personas, con una distancia de dos metros.

4. Las conexiones sociales deben mantenerse por comunicación remota y evitar recibir amigos y familiares que no residen en el hogar.
5. Población en riesgo: personas mayores y personas con enfermedades crónicas graves de cualquier edad, enfermedades respiratorias prolongadas que incluyen asma, Enfermedades autoinmunes, enfermedades cardiovasculares, diabetes, trastornos y afecciones en el sistema inmunológico, enfermedades graves, se debe tener cuidado y evitar como sea posible salir de la casa, alojar personas en el hogar, excepto los servicios esenciales. La población en riesgo debe depender de amigos y familiares para llevar suministros a casa.
6. Reduzca la necesidad de que las personas salgan de casa con las siguientes herramientas:

## נגיף קורונה חדש- מידע לציבור בשפה הספרדית 17/3/20

- Trabajo remoto, videollamadas y conferencias.
  - Cada empleador debe mantener una distancia de dos metros entre los empleados y garantizar las normas de higiene personal y ambiental.
  - Servicios de envío: solo a domicilio
  - Atención dental: se recomienda posponer todos los tratamientos y realizar solo en situaciones necesarias y de emergencia
7. Incluso cuando salga de la casa en situaciones que lo requieran (consulte la sección 1): el contacto entre las personas debe reducirse y mantenerse a una distancia de 2 metros.
8. Servicios de salud:
- Si hay un problema de salud, es aconsejable usar servicios médicos remotos y no llegar físicamente a los hospitales si es posible y de acuerdo con las pautas del Kupat ha Holim en línea y en los medios de comunicación.
  - Inmediatamente al comienzo del aislamiento, se deben establecer los canales de comunicación con la Kupat ha Holim de la cual usted es miembro. Si necesita atención médica, consulte Internet o con miembros de la familia (debe asegurarse de saber cómo comunicarse con la Kupat ha Holim y seguir las pautas de la misma). Si siente que está desarrollando una enfermedad, fiebre, con o sin síntomas respiratorios, debe aislarse en su hogar y evitar el contacto con miembros de la familia. La fiebre debe medirse dos veces al día. Si le preocupa, comuníquese con su médico o con el centro de referencia de su Kupat ha Holim. En caso de fiebre, el paciente debe permanecer aislado durante dos días después de que la fiebre haya terminado. El resto de la familia está aislada solo en el caso de un diagnóstico de coronavirus.

### Reglas de conducta adicionales

- Evite el contacto físico, incluidos abrazos y apretones de manos.
- Evite usar la palma de su mano para abrir puertas

נגיף קורונה חדש- מידע לציבור בשפה הספרדית 17/3/20

- Evite tocarse la cara.
- Lavarse las manos frecuentemente.
- Máxima ventilación de la casa.
- Las manijas y las puertas deben desinfectarse.
- Evite besar la mezuzahs y otros objetos sagrados.
- Evite fumar cigarrillos, cigarrillos electrónicos o narguilas: ¡esta es una buena oportunidad para dejar de fumar!
- Evite usar un utensilio compartido para comer y evitar compartir alimentos.
- Se debe mantener una nutrición saludable y ejercicio mientras se está en casa (pautas por aparte).

### Reglas de comportamiento fuera del hogar

#### 1. Cuando salir

- Atención médica urgente: los pacientes con fiebre y síntomas respiratorios tienen prohibido abandonar el hogar, excepto en emergencias médicas.
- Empleados: de acuerdo con las directivas y regulaciones gubernamentales que se publicarán por aparte.
- Salir para comprar suministros esenciales en caso que los suministros no puedan ser entregados por mensajería o por un miembro de la familia (en el caso de pacientes de edad avanzada o enfermos crónicos).

## נגיף קורונה חדש- מידע לציבור בשפה הספרדית 17/3/20

- **Funerales:** reduzca lo más posible al mínimo requerido de personas y de los miembros de la familia y mantenga una distancia de 2 metros entre las personas. Evite permanecer en espacios cerrados.
- Se puede caminar 10 minutos en lugares aislados o en el patio. El elevador debe usarse con un solo pasajero o sin proximidad a otras personas.
- **Cuidado de los niños:** dos familias pueden unirse en un arreglo regular para cuidar a los niños pequeños.

### 2. Cómo comportarse al salir de casa

- **Uso de un vehículo privado:** una persona solo en el vehículo o miembros de la familia del mismo hogar, excepto cuando se necesita una escolta esencial, como el traslado para atención médica no urgente.
- Se debe evitar el transporte público en la medida de lo posible: las instrucciones detalladas se han emitido por separado.
- Mantenga una distancia de dos metros con cada persona cuando llegue a un lugar público en donde se encuentres más personas.
- Asegurar la higiene de las manos y de las vías respiratorias.

### 3. Cómo comportarse en el trabajo

- Los empleados deben mantenerse al menos a dos metros de distancia en todos los lugares donde se encuentren.
- La fiebre debe medirse antes de irse a trabajar. Si hay fiebre o signos de enfermedad respiratoria, no se debe trabajar y se deben seguir las reglas de aislamiento en el hogar. Se recomienda mantener un registro de fiebre (medición de mañana y tarde)
- Las manos deben lavarse en la entrada y salida del trabajo, y al menos cada 3 horas.

## נגיף קורונה חדש- מידע לציבור בשפה הספרדית 17/3/20

- Trate lo más posible de no tocarse la nariz y la boca y lávese las manos después de un contacto de este tipo.
  - Se debe poder acceder pañuelos de papel / papel higiénico desde todas las áreas cercanas a los empleados.
  - Se debe tener cuidado de seguir las pautas anteriores.
4. A partir del domingo 22 de marzo, cesará la actividad lectiva en los hospitales públicos. Saldrá un mensaje detallado.
  5. Las tiendas minoristas no esenciales más allá de las definidas en la Orden (como tiendas de alimentos, productos farmacéuticos y artículos de tocador) deben estar cerradas.