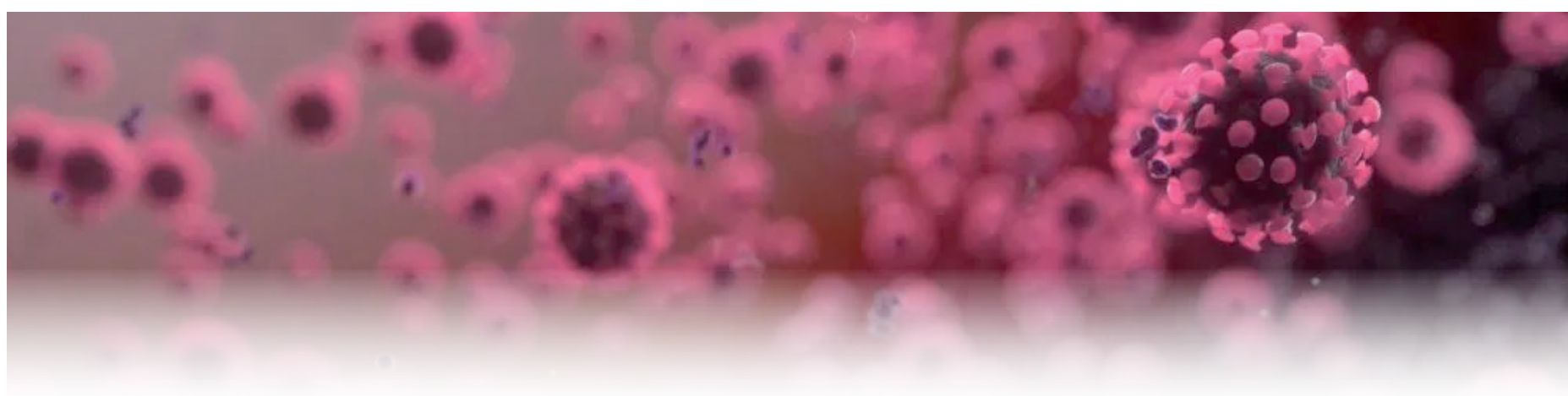


INFÓRMATE CON EL HOMIL SOBRE EL
CORONAVIRUS (COVID-19)



Para contener el avance del Coronavirus COVID-19 en el hogar, estas son algunas de las orientaciones preventivas de autocuidado que se pueden seguir con el fin de tener entornos saludables y seguros.



Prevenção e COVID-19

En la vivienda

- Lave y desinfecte en forma regular pisos, paredes, puertas y ventanas
 - Aumente la periodicidad de la limpieza en las superficies de los closets, barandas, pasamanos, interruptores de luz, muebles, juguetes, y todos aquellos elementos con los cuales las personas de la familia tienen contacto constante y directo
 - Limpie y desinfecte todo aquello que haya estado en el exterior de la vivienda o que es de manipulación diaria; por ejemplo, las llaves
 - Lave con regularidad fundas, sábanas, toallas, etc.
 - No sacuda las prendas de ropa antes de lavarlas. Así minimizará el riesgo de dispersión de virus a través del aire. Deje que se sequen completamente
- 
- An illustration of a family of four standing in front of a stylized blue house. The father, wearing a blue jacket, holds a small child on his shoulders. The mother, in a grey dress, holds a large blue heart. A small dog is on the left. The house has a white door and a window with four panes. The background is light blue with faint gear icons, suggesting maintenance or safety.

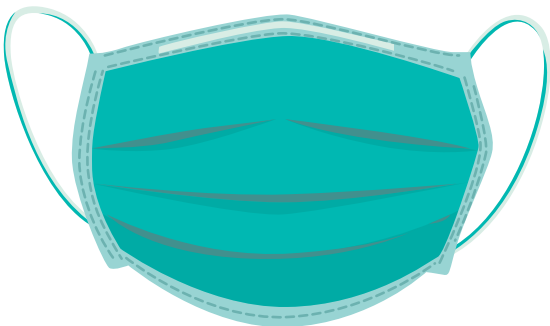


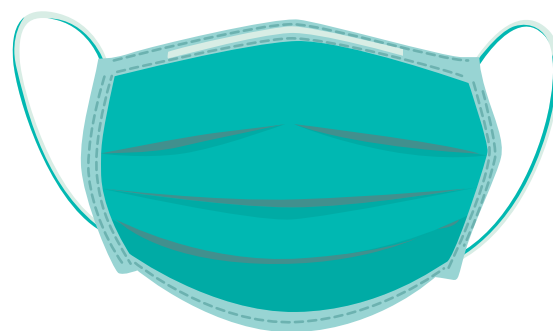
Nota:

La limpieza y desinfección debe realizarse siguiendo estas recomendaciones: Retirar el polvo, lavar con agua y jabón, enjuagar con agua limpia y desinfectar con productos de uso doméstico



Disminuya el riesgo de contagio del COVID-19 en adultos mayores

- » Si tiene síntomas de gripa, aunque sean leves, es mejor que no tenga contacto con adultos mayores. Si tiene que hacerlo, lave continuamente sus manos y utilice mascarilla facial para acercarse
 - » Si vive con un adulto mayor, refuerce las medidas de prevención en su familia como el correcto lavado de manos, mantener ventilados y limpios todos los espacios de la casa
 - » Si ve que un adulto mayor presenta fiebre y síntomas respiratorios como tos, dolor de garganta o dificultad respiratoria, no permita que se automedique y consulte de inmediato a los servicios de salud
 - » Si cuida de un adulto mayor, refuerce las medidas de bioseguridad en el contacto con ellos, manteniendo un trato cordial, humano y respetuoso
 - » Mantenga limpias y desinfectadas superficies y objetos donde hayan caído secreciones respiratorias
 - » Personas mayores con enfermedades cardiovasculares, hipertensión, diabetes, cáncer o problemas respiratorios, son más vulnerables al COVID-19. Si el adulto mayor presenta alguna de estas afecciones, verifique con su médico que estén controladas y refuerce las medidas de prevención
- 



No crea todo lo que se dice en redes sociales o que llega por cadenas de WhatsApp
Siempre consulte fuentes confiables para conocer información veraz,
que nos ayude a todos a prevenir el COVID-19

Fuente: Ministerio de Salud y Protección Social

- ◆ **Ministerio de Salud y Protección Social:**
Bogotá: 330 50 41
Línea gratuita nacional: 018000955590
- ◆ **Línea de emergencias en Bogotá:** 123
- ◆ **Secretaría de Salud de Bogotá:** 364 96 66

- ## ◆ Líneas de Atención COVID-19 FF.MM

Fuerza Aérea Colombiana: 315 823 7666
Ejército Nacional de Colombia: 316 525 0131
Armada de Colombia: 310 226 9240