

COVID-19 (CORONAVIRUS)



INFORMACIÓN ÚTIL PARA FAMILIAS

El COVID-19 es un virus muy contagioso que puede provocarnos:

- > fiebre
- > tos
- > dolor de garganta
- > cansancio
- > dificultad para respirar (en casos graves)



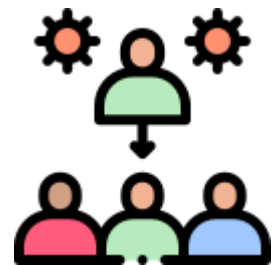
En caso de presentar síntomas, aunque sean leves, consultá telefónicamente:

- > línea 148 en Provincia de Buenos Aires
- > línea 0800 222 1002 a nivel nacional

¿Cómo se contagia?

> De persona a persona, por eso nos cuidamos quedándonos en casa.

> También podemos contagiarnos por estar en contacto con objetos contaminados.



¿Qué hacemos para no contagiarnos?

> Lavate las manos con agua y jabón muchas veces al día mientras cantas una canción que te guste.



> Quedate en casa.

> Si tenés que salir mantenete a un metro de distancia de otras personas.



> Estornudá en el pliegue del codo.

> Evitá tocarte la cara.

> Ventilá bien los ambientes.

> Es obligatorio el uso de tapabocas que cubran nariz y mentón para el ingreso o permanencia en locales comerciales, dependencias de atención al público, en colectivos y taxis.



¿Cómo desinfectar?



> Utilizá una solución preparada con **2 cucharadas soperas de lavandina en 1 litro de agua.**

> Debe prepararse el mismo día que se va a usar sino pierde poder desinfectante.

> En el caso de objetos como los celulares pueden limpiarse con una **solución de 70% de alcohol, y 30% de agua.**

Higiene de alimentos



> Lavá frutas y verduras enjuagándolas con agua para eliminar tierra e impurezas.

> Se pueden desinfectar sumergiéndolas en agua con **media cuchara de té aproximadamente de lavandina por litro de agua y dejar actuar 20 minutos.**

> Volver a enjuagar bien con abundante agua antes de consumir.

Con lxs niñxs



- > Fomentá el diálogo.
- > Mantené rutinas organizando horarios, actividades, higiene, etc.
- > Enseñales a cuidarse sin generarle preocupación.
- > Los niñxs no deben salir pero si no hay opción para que se queden en casa al cuidado de un adultx, al salir recordá llevar un documento que acredite su identidad y mantenelex cerca tuyo siguiendo todas las recomendaciones de prevención.

Líneas de atención las 24 hs

- > **102** Vulneración de derechos de niños
- > **144** Violencia de género
- > **0800 222 5462** Acompañamiento, asistencia y orientación en salud mental

Otros documentos que pueden ayudar a explicar qué es el COVID-19

www.ruedat.org.ar/info/coronaviruspakapaka.mp4

www.ruedat.org.ar/info/Coronavirus

www.ruedat.org.ar/info/El-escudo-protector-contr-el-Rey-Virus

FUENTES CONSULTADAS

ARGENTINA GOB

www.argentina.gob.ar/coronavirus/aislamiento

UNICEF

www.unicef.org/es/coronavirus/como-hablarle-a-tu-hijo-sobre-coronavirus-covid-19

MINISTERIO DE SALUD DE LA NACIÓN

www.argentina.gob.ar/coronavirus/cuidarnos

ORGANISMO PROVINCIAL DE NIÑEZ Y ADOLESCENCIA

https://www.gba.gob.ar/desarrollo_de_la_comunidad

Iconos diseñados por

www.flaticon.es/autores/surang

www.flaticon.es/autores/freepik

www.flaticon.es/autores/itim2101

www.flaticon.es/autores/ultimatearm

www.flaticon.com/authors/freepik

Este documento fue elaborado por RUEDAT ONG

Más info www.ruedat.org.ar