

**GUÍA DE RECOMENDACIONES
PARA LA POBLACIÓN GENERAL
EN
CONTEXTO DE PANDEMIA
COVID-19.**



**Buenos
Aires
Ciudad**

GUÍA DE RECOMENDACIONES PARA LA POBLACIÓN GENERAL EN CONTEXTO DE PANDEMIA COVID-19.

Junio 2022

Objetivo

El objetivo de la presente guía es brindar las recomendaciones generales para el cuidado de la población en el contexto actual de la Pandemia por COVID-19 en la CABA.-

Uso de barbijo o tapabocas:

Se recomienda utilizar elementos de protección que cubran nariz, boca y mentón al ingresar y permanecer en lugares cerrados de acceso público y privado, especialmente en el período invernal, conforme lo establecido en la resolución de firma conjunta 16-MJGGC/22.

Lavado de manos

Método adecuado para el lavado de manos con agua y jabón:

Se recomienda para reducir eficazmente el desarrollo de microorganismos en las manos, el lavado de manos debe durar al menos 40–60 segundos. El lavado de manos con agua y jabón debe realizarse siguiendo los pasos indicados en la ilustración.



Se recomienda el Lavado frecuente:

- Antes y después de comer y tocar alimentos.
- Antes y después de ir al baño. Antes y después de tocar basura o desperdicios.

- Luego de haber tocado superficies de uso público: mostradores, pasamanos, picaportes, interruptores, barandas, etc.
- Después de tocar dinero, llaves, animales, etc.
- Después de toser, estornudar o limpiarse la nariz.
- Si no es posible lavarse las manos con agua y jabón, se puede utilizar solución de alcohol al 70% o alcohol en gel

Adecuada higiene respiratoria

La higiene respiratoria refiere a las medidas de prevención para evitar la diseminación de secreciones al toser o estornudar.

Se recomienda cubrirse la nariz y la boca con el pliegue interno del codo o usar un pañuelo descartable al toser o estornudar. Descartarlo inmediatamente.

Se recomienda usar el cesto de basura más cercano para desechar los pañuelos utilizados.

Se recomienda higienizar las manos después de toser o estornudar.

Ventilación de ambientes

Se recomienda mantener los ambientes ventilados adecuadamente, siempre que sea posible favoreciendo la ventilación cruzada.

Limpieza y desinfección de superficies

Método de limpieza: se recomienda lavar con detergente, luego enjuagar con agua limpia y desinfectar con solución de agua conteniendo hipoclorito de sodio al 10 % (método del doble balde/doble trapo).

Método de desinfección: se recomienda desinfectar superficies y pisos con una solución de 10 ml de lavandina (con concentración de 55 g/litro) en 1 litro de agua. De utilizar una lavandina comercial con concentración de 25 g/l, se deberá colocar el doble de lavandina para lograr una correcta desinfección (20 ml de lavandina por cada litro de agua)

Caso sospechoso o confirmado de COVID 19

En caso de presentar síntomas compatibles con COVID-19 (**Fiebre 37.5°C o más, Tos, Odinofagia, Dificultad respiratoria, Cefalea, Mialgias, Disgeusia/anosmia, Diarrea/vómitos,**

Rinitis/congestión nasal) no concurrir a sus actividades habituales y contactarse con su cobertura de salud o acercarse a la UFU más cercana.

-Las recomendaciones generales para el manejo de casos sospechosos, confirmados y contactos estrechos de COVID-19 se encuentran definidas en el protocolo de Manejos de casos sospechosos y confirmados de COVID19.

[https://www.buenosaires.gob.ar/coronavirus/equipos-salud/protocolos-coronavirus-covid-](https://www.buenosaires.gob.ar/coronavirus/equipos-salud/protocolos-coronavirus-covid-19)

[19](https://www.buenosaires.gob.ar/coronavirus/equipos-salud/protocolos-coronavirus-covid-19)