

## **Respuestas Cuestionario para la población aragonesa COVID19**

1. ¿Cómo podemos contagiarnos con el nuevo Coronavirus? Señala la respuesta correcta: **Todas las respuestas son verdaderas.**

### ¿Cómo se transmite el nuevo coronavirus?



La transmisión se produce por contacto directo de las mucosas de nariz, ojos o boca con las gotas respiratorias que emite una persona enferma al toser o estornudar; o a través de las manos contaminadas con esas gotas, al tocarse dichas mucosas.

Es poco probable la transmisión por el aire a distancias mayores de dos metros.

Cada vez hay más evidencia del papel que tienen en la transmisión del virus las personas antes de desarrollar síntomas o con síntomas leves.



---

30 abril 2020

Consulta fuentes oficiales para informarte  
www.mscbs.gob.es  
@sanidadgob



Fuente: [https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19\\_como\\_se\\_transmite.jpg](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_como_se_transmite.jpg)

2. Si comienzo a notar síntomas como tos, fiebre, dificultad respiratoria..., ¿debo ir a mi centro de salud?: **En principio no debo ir presencialmente, debo contactar telefónicamente y me proporcionarán el tipo de atención más adecuada.**

Fuente: [https://www.aragon.es/documents/20127/8864248/COVID\\_1\\_ESP\\_976696382.png/b60b8140-c20c-55e9-fa86-b00533b09b1f?t=1584535161171](https://www.aragon.es/documents/20127/8864248/COVID_1_ESP_976696382.png/b60b8140-c20c-55e9-fa86-b00533b09b1f?t=1584535161171)

3. ¿Cuál de estos elementos de protección utilizaremos necesariamente en autobuses, tranvías, trenes y otros lugares concurridos para protegernos a nosotros mismos y a los demás?: **Mascarilla que cubra nariz y boca.**

Fuente: <https://www.mitma.gob.es/ministerio/covid-19/fases-plan-transicion-nueva-normalidad>

4. Al llegar a casa, ¿qué medida de las siguientes NO está recomendada?: **Limpiar los objetos como el móvil o las gafas con un paño reutilizable y solo con agua**

## Si tienes que salir: recomendaciones higiénicas al llegar a casa



### Fuera de casa

- Procura no tocar superficies y cuando lo hagas **lávate bien las manos** con agua y jabón
- La limpieza adecuada y frecuente de manos es más eficaz que el uso de guantes
- Evita tocarte **ojos, boca o nariz**
- Mantén la distancia de seguridad de **2 m**
- Si usas coche, límpialo frecuentemente, sobre todo las superficies que más se tocan



### Al llegar a casa

- Quitate los **zapatos** y déjalos cerca de la puerta
- **Lávate las manos** con agua y jabón
- Deja los **objetos que no necesites** en casa (llaves o cartera) cerca de la puerta
- Limpia los **otros objetos que hayas usado fuera** (móvil o gafas), usa pañuelos desechables y solución alcohólica, o agua y jabón
- **No sacudas la ropa** y cuando la laves, hazlo con agua caliente si es posible



6 mayo 2020  
Consulta fuentes oficiales para informarte  
www.mschs.gob.es  
@sanidadgob

#ESTE  
VIRUS  
LO  
PARAMOS  
UNIDOS



Fuente: [https://www.mschs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19\\_al\\_llegar\\_a\\_casa.jpg](https://www.mschs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/COVID19_al_llegar_a_casa.jpg)

5. De los cuidados que ha de tener el cuidador o cuidadora de una persona mayor con enfermedad crónica, ¿cuál es la respuesta FALSA?: Si la persona cuidadora tiene síntomas, seguirá realizando los cuidados utilizando mascarilla.

## Recomendaciones para cuidadores y familiares de personas mayores o vulnerables



Las personas mayores o que padecen alguna enfermedad crónica pueden tener un mayor riesgo de padecer cuadros graves por coronavirus. Por ellos, hay que ser aún más cuidadoso con las medidas preventivas

### Medidas preventivas

Mantén una distancia mínima de 2 metros siempre que sea posible



Evita tocarte ojos, nariz y boca



Lávate las manos frecuentemente con agua y jabón



Usa pañuelos desechables



Al toser o estornudar, cúbrete boca y nariz con el codo flexionado



### Acompáñales en la distancia

Llámales

Escribelos, mándales fotos, videos, recomíndales mantenerse activos y pide a otros familiares que lo hagan también



Pregúntales

Si necesitan ayuda. Por ejemplo, puedes hacerles la compra y dejársela en la puerta, manteniendo una distancia mínima de 2 metros



### Si eres cuidador

Y comienzas con síntomas: #Quédateencasa y #Aíslate



Busca una alternativa para realizar los cuidados y...



Llama al teléfono habilitado en tu comunidad o a tu centro de salud

Si tienes sensación de gravedad llama al 112

Consulta cómo actuar en la web del Ministerio de Sanidad

6 mayo 2020  
Consulta fuentes oficiales para informarte  
www.mschs.gob.es  
@sanidadgob

#ESTE  
VIRUS  
LO  
PARAMOS  
UNIDOS



Fuente: [https://www.mschs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/20\\_05\\_06\\_Cuidadores\\_mayores.jpg](https://www.mschs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/img/20_05_06_Cuidadores_mayores.jpg)

6. ¿Se pueden reutilizar las mascarillas de un solo uso?: **No**

Fuente:

[https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/COVID19\\_Mascarillas\\_higienicas\\_poblacion\\_general.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/COVID19_Mascarillas_higienicas_poblacion_general.pdf)

7. Aragón entra en la Fase 1 el 11 de mayo. A partir de este momento cuando mantengamos encuentros con familiares y amigos, tendremos en cuenta ciertas medidas de prevención y protección. ¿Cuál de las siguientes es cierta?: **De no ser posible mantener la distancia mínima, usaremos mascarilla.**

Fuente:

[https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/sanidad14/Documents/2020/09052020\\_GuiaFase1.pdf?fbclid=IwAR3X7y8ONtIIVJAM5x7HmrusTIZ8TJY\\_DbNdaj5Ac4vd1A4i2-6H2O0fZnk](https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/sanidad14/Documents/2020/09052020_GuiaFase1.pdf?fbclid=IwAR3X7y8ONtIIVJAM5x7HmrusTIZ8TJY_DbNdaj5Ac4vd1A4i2-6H2O0fZnk)

8. Si salimos a comprar, ¿cuál de estas recomendaciones tendremos en cuenta?: **Todas las recomendaciones anteriores.**

Fuente: [https://www.aragon.es/documents/20127/1650151/Si\\_sales\\_a\\_comprar.pdf/a1484d82-f659-a159-b52c-a5d8eafa071f?t=1585726465563](https://www.aragon.es/documents/20127/1650151/Si_sales_a_comprar.pdf/a1484d82-f659-a159-b52c-a5d8eafa071f?t=1585726465563)

9. Y si se confirma que padezco enfermedad por Covid-19, ¿Qué recomendación es FALSA?: **En la fase 1 ya podré salir a la calle a pasear, con una mascarilla especial con válvula de exhalación.**

FUENTE: [https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/20200325\\_Decalogo\\_como\\_actuar\\_COVID19.pdf](https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/documentos/20200325_Decalogo_como_actuar_COVID19.pdf)

10. Si participamos como personas voluntarias ayudando a nuestros vecinos y vecinas con sus compras y otras necesidades tendremos en cuenta unas medidas de prevención y protección. ¿Cuál es FALSA?: **Utilizaremos guantes para ir de un domicilio a otro para mayor seguridad**

## Medidas preventivas COVID-19 para voluntariado



**NO**  


- no realice voluntariado **con síntomas** compatibles con COVID-19 y avise a entidad y compañeros
- **no utilice guantes** entre domicilios, puede dar falsa sensación de seguridad
- evite **tocarse ojos, nariz y boca**

**SÍ**  


- **higiene de manos** frecuente, con agua y jabón o solución hidroalcohólica
- **higiene respiratoria**, con pañuelos desechables o tosa en el codo flexionado
- **distancia física de 2 metros** con otras personas
- **mascarilla higiénica** en supermercados, etc. o al contactar con persona vulnerable
- realizar **uso adecuado** de esa mascarilla higiénica (lavarse antes manos, ajustar, no manipular, retirar correctamente...)
- recomendaciones habituales **en la compra**

### Medidas específicas



Entregar la compra en la puerta. Procure **no entrar al domicilio**.

Lleve una **solución hidroalcohólica para higienizarse las manos antes y después** de ir al domicilio.

**Llame** al timbre o botones del ascensor **con el codo o con las llaves**.

En caso de ver **alguna situación de riesgo póngase en contacto con el centro de salud**.

20/04/20

ARAGON.ES/CORONAVIRUS  
SALUDINFORMA.ES  
ARAGON.ES/SALUDPUBLICA

 **GOBIERNO  
DE ARAGON**