

## Consejos para evitar el contagio y tomar conciencia

14/03/2020



Durante las últimas horas los vecinos han llenado los supermercados, algo negativo en estos casos.

Ante la avalancha de personas que están acudiendo a realizar las compras en supermercados y establecimientos, desde los cuerpos de seguridad, envían un mensaje de calma y tranquilidad y están teniendo que recordar a la población que deben evitar las aglomeraciones, pues conlleva más contagios. Los vecinos de Elda y Petrer están acudiendo en masa a comprar y han agotado la leche, huevos, carne, fruta o papel del baño, entre otros. En sitios con mucha población aumenta la probabilidad de contagio, de hecho, ese es el motivo por el que la [Generalitat Valenciana ordenó ayer el cierre de bares, teatros y cualquier espacio donde haya mucha población.](#)



Valle de Elda hace tan solo dos días recordó que Ante la

expansión de la pandemia del coronavirus, Covid-19, la población local no está tomando conciencia suficiente ni aplicando las medidas necesarias determinadas por el gobierno para no contagiarse, y dos días después, son muchas las personas que ignoran las recomendaciones y están acudiendo en masa a grandes establecimientos.

Son los ciudadanos los que tienen una **responsabilidad individual de intentar no sufrir contagios para evitar el colapso sanitario** en los centros hospitalarios por los más vulnerables, como en el caso de Elda, que ya cuenta con varios pacientes aislados en la cuarta planta y se plantea la opción de ampliar la zona incomunicada.

Por otro lado, la Generalitat ha creado una hoja informativa en la que se envían consejos para evitar el contagio:

- Higiene de manos frecuente (lavado con agua y jabón o soluciones alcohólicas) especialmente después de contacto directo con personas enfermas o su entorno.
- Al toser o estornudar, cubrirse la boca y la nariz con el codo flexionado.
- Usar pañuelos desechables y tirarlos tras su uso. Si se presentan síntomas respiratorios evitar el contacto cercano con otras personas.
- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan la transmisión.
- Si se presentan síntomas de Covid-19 deberán evitar ir al centro de atención primaria.
- Los pacientes que presenten sintomatología Covid-19 serán atendidos preferentemente en sus domicilios.
- Actuar con responsabilidad, conciencia y sentido de sociedad siguiendo las indicaciones de las autoridades sanitarias.
- Sanidad pone a disposición de la ciudadanía el teléfono 900 300 555 para ofrecer atención en caso de sospecha de contagio de coronavirus y un [autotest](#).

Recuerdan que los grupos vulnerables son:

- Mayores de 60 años
- Hipertensión arterial
- Diabetes
- Enfermedades cardiovasculares

- Enfermedades pulmonares crónicas
- Cáncer
- Inmunodeficiencias
- Embarazo

Las recomendaciones son:

- Evitar salir de casa
- Evitar el uso del transporte público
- Evitar lugares concurridos en los que no es posible mantener una distancia entre personas de al menos un metro

Desde el Ayuntamiento de Elda y la Cámara de Comercio de Alicante han lanzado un decálogo de buenas prácticas para el comercio minorista:

**Decálogo de buenas prácticas para afrontar la emergencia del coronavirus en el comercio minorista**

- Evite tocarse los ojos, la nariz y la boca, ya que las manos facilitan su transmisión. Realice una higiene de manos frecuente (lavado con agua y jabón o soluciones alcohólicas). Evite también dar la mano, besar y abrazar a clientes, empleados y trabajadores. Cúbrase la boca y la nariz con pañuelos desechables al toser o estornudar y después lávese las manos.
- Es recomendable disponer en la tienda o parada de geles, soluciones desinfectantes, pañuelos y guantes desechables y cubos de basura con tapa accionada con pedal. Valore el uso de guantes y mascarillas desechables por parte de los empleados (cajeros, reponedores...) que estén en contacto con clientes y productos.
- Realice una limpieza y desinfección frecuente (al menos diaria) de la tienda o parada, especialmente de las superficies, pomos de las puertas, mostradores, probadores, muebles, lavabos, suelos, etc. Para esta acción puede utilizarse lejía de uso doméstico y el uso de guantes de vinilo/acrilonitrilo, extremándose las medidas de protección a agentes químicos. El personal que realice la limpieza utilizará equipos de protección individual adecuados dependiendo del nivel de riesgo que se considere en cada situación, y los desechará de forma segura tras cada uso, procediendo posteriormente al lavado de manos.
- Después del intercambio de objetos entre cada cliente y trabajador (como por ejemplo tarjetas de pago, billetes, bolígrafos, etc.) se realizará una desinfección de manos. Los elementos expuestos a contacto directo de los clientes: datafonos, bolígrafos de firma, teléfonos, teclados, etc. deben ser desinfectados después de cada uso. El mostrador deberá limpiarse y desinfectarse de forma frecuente evitando que haya excesivos elementos que puedan manipular los clientes.
- Se debe evitar la manipulación directa por parte de los clientes de los productos, alimentos y equipos, facilitando el servicio a los clientes y minimizando el autoservicio. Si esto no es posible, exija que los clientes manipulen los productos, especialmente los alimentos frescos, utilizando guantes desechables, tal y como establece la normativa sanitaria. Igualmente, facilite guantes de plástico a los clientes en las tiendas de productos que requieren manipulación para probarse (moda, calzado, complementos, etc.). Si no dispone de guantes, utilice en su lugar bolsas de plástico desechables.
- Informe a los clientes de la convivencia de respetar la distancia interpersonal de al menos un metro en las colas o esperas que se pueden producir en las cajas, pasillos, mostradores o paradas. Advierta a los clientes sobre los riesgos que suponen las aglomeraciones de personas.
- Las prendas textiles específicas que se utilicen tales como delantales, gorros, casacas, etc. deben lavarse cada día de forma mecánica en ciclos de lavado completos a 60-90°C. Para la manipulación de las prendas textiles "sucias" se utilizarán guantes. No debe sacudirse la ropa a lavar.
- Mantenga la tienda bien ventilada asegurando una renovación suficiente del aire. Revise el sistema de aire acondicionado y especialmente la limpieza de filtros.
- Genere confianza entre sus clientes. El sistema de distribución de alimentos y productos básicos en nuestro país es uno de los más robustos y fiables del mundo y, por tanto, no es previsible que se produzcan periodos de desabastecimiento. Informe a sus clientes de lo inadecuado de realizar acopios innecesarios de productos y compras compulsivas guiadas por el miedo.
- Si usted o alguno de sus empleados empieza a tener síntomas compatibles con la enfermedad (tos, fiebre, sensación de falta de aire, etc.) y ha viajado a una zona de riesgo o se ha estado en contacto con una persona diagnosticada, es conveniente que deje de estar en contacto con otras personas y:
  - Realice el autotest puesto en marcha por la Conselleria de Sanidad para obtener orientación sobre cómo proceder: [http://coronavirusautotest.san.gva.es/autotest\\_va.html](http://coronavirusautotest.san.gva.es/autotest_va.html)
  - Llame al teléfono de información para atención médica por el coronavirus: 900 300 555.

Este atento a la información y recomendaciones que ofrecen los responsables sanitarios y el resto de autoridades. Para más información se pueden consultar las siguientes fuentes oficiales:

- Conselleria de Sanidad: [www.san.gva.es](http://www.san.gva.es)
- Ministerio de Sanidad: <https://www.mscbs.gob.es>
- Centro Europeo para la Prevención y el Control de Enfermedades (ECDC): <https://www.ecdc.europa.eu/en/novel-coronavirus-china>
- Organización Mundial de la Salud (OMS): <https://www.who.int/health-topics/coronavirus>