

COVID-19 PREVENCIÓN Y CONTROL ENTRE LAS PERSONAS QUE VIVEN EN CARCEL

Las personas encarceladas deben disfrutar de una atención de salud de calidad que sea por lo menos equivalente a la disponible en la comunidad, y deben tener acceso a los servicios de atención de salud necesarios de forma gratuita, sin discriminación por motivos de su condición jurídica.

¿CÓMO SE PROPAGA EL COVID-19?



COVID-19 es una enfermedad que puede ser transmitida de una persona a otra. La enfermedad se propaga principalmente a través de pequeñas gotas que se producen en la nariz o la boca, cuando una persona con COVID-19 tose, estornuda o habla.

La gente puede infectarse con el virus COVID-19 a través de dos rutas principales:

- > Al inhalar las gotitas de una persona con COVID-19 que tose o exhala las gotitas.
- > Tocando objetos o superficies contaminadas y luego tocándose los ojos, la nariz o la boca.

La Organización Mundial de la Salud (OMS) ofrece las pruebas más recientes sobre las formas en que se propaga COVID-19 en <https://www.who.int/emergencies/diseases/novel-coronavirus-2019>.

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DE COVID -19?



La infección con COVID-19 puede ser sin ningún síntoma. Los síntomas más comunes son similares a los del resfriado común e incluyen fiebre, cansancio y tos seca. Algunas personas pueden comenzar con otros síntomas, como dolores, congestión nasal, secreción nasal, dolor de garganta, incapacidad para oler o saborear, o diarrea.

CONSEJOS PARA LOS RECLUSOS

- Participar en sesiones informativas sobre cómo prevenir la infección y qué hacer si los síntomas se desarrollan en uno mismo o en otra persona, si está disponible.



- Lavarse las manos regularmente durante al menos 20 segundos con agua y jabón.



- Evitar tocarse los ojos, la nariz y la boca.

- Prevenir la transmisión mediante la tos y los estornudos en el codo o en un pañuelo de papel, si se dispone de él, y luego tirar el pañuelo en un cubo con tapa.



- Distanciarse físicamente de los demás, si es posible, manteniendo en todo momento una distancia de al menos 1 metro (3 pies).



- Seguir las medidas higiénicas preventivas manteniendo la limpieza y tomando tanto aire fresco como sea posible, bajo la orientación general del servicio de salud.

- Notificar al personal de inmediato si se siente mal o si nota que alguien más se siente mal.

- Continuar tomando medicamentos para otras condiciones de salud, por ejemplo, VIH, TB, VHC, drogadicción, salud mental.



- Mantenerse conectado. Si se interrumpen las visitas, solicite alternativas como llamadas telefónicas o de Skype. Siempre tiene el derecho de contactar con su representante legal.

