

## **RECOMENDACIÓNS DA CONSELLERÍA DE SANIDADE CON RELACIÓNS Á SITUACIÓN ACTUAL DO NOVO CORONAVIRUS EN GALICIA**

A incidencia do novo coronavirus en Galicia é, neste momento, menor que noutras comunidades autónomas e que noutros países europeos. Non obstante, a única forma de diminuír o efecto que o coronavirus poida ter na nosa sociedade é a través da participación de toda a cidadanía. E para isto deben seguirse as recomendacións que se están a dar, dirixidas a minimizar o contacto entre as persoas e a manter uns hábitos correctos de hixiene respiratoria.

A continuación, relaciónanse unha serie de medidas provisionais especialmente dirixidas a reforzar a seguridade dos pacientes fráxiles ou máis vulnerables, como poden ser as persoas anciás pluripatolóxicas e inmunodeprimidas, co obxectivo de evitar que estean en lugares nos que conflúan con outros cidadáns.

### **CONSULTA TELEFÓNICA CON PROFESIONAIS SANITARIOS**

O Servizo Galego de Saúde ten establecidos sistemas de consulta telefónica á disposición da cidadanía nos centros de atención primaria. Por tal motivo, recórdaselles aos pacientes cuxo problema de saúde poida resolverse mediante esta modalidade de atención que soliciten a súa cita a través deste sistema de consulta telefónica, co fin de facilitar que poidan ser atendidos sen necesidade de acudir aos centros sanitarios.

### **ACCESO AOS CENTROS SANITARIOS**

Evitar toda atención sanitaria que non sexa estritamente necesaria, coa finalidade de tratar de diminuír as concentracións de persoas nas salas de espera e tamén nos medios de transporte público.

No caso de que o paciente acuda a un centro sanitario con sintomatoloxía respiratoria aguda, debe poñer unha máscara, que estará á súa disposición nun lugar visible e sinalado. Se non o fai dun xeito proactivo e os profesionais do centro identifican signos ou síntomas de infección respiratoria aguda, indicaranlle ao paciente a necesidade de que poña a máscara.

## ACOMPAÑAMENTO NOS CENTROS SANITARIOS

Por seguridade, estará limitado o número de persoas que acceden aos centros sanitarios para acompañar os pacientes.

Recoméndase que os pacientes acudan sós aos centros sanitarios. Se isto non fose posible, cada paciente que acuda a un centro sanitario, tanto do ámbito da atención primaria coma hospitalaria, e tanto no caso de que se precise ingreso como se se trata dun proceso sen ingreso, só poderá ter, como máximo, un acompañante durante a estancia no centro. Recoméndase, do mesmo xeito, que na medida do posible este acompañante sexa menor de 70 anos, co obxecto de protexer este sector de poboación que se considera máis vulnerable.

Convén recordarlles aos **VISITANTES E ACOMPAÑANTES DE PACIENTES QUE NON DEBEN ACUDIR AOS CENTROS SANITARIOS SE PRESENTAN SÍNTOMAS DE INFECCIÓN RESPIRATORIA AGUDA OU FEBRE** ou se proveñen ou estiveron en zonas ou lugares considerados como zonas de risco nos últimos 14 días.

## ZONAS DE RISCO

Actualmente, clasifícanse como áreas con evidencia de transmisión comunitaria as seguintes:

- España: as comunidades autónomas de Madrid e A Ríoxa, e os municipios de La Bastida e Vitoria-Gasteiz (País Vasco) e Miranda de Ebro (Castela e León)

- Italia (todo o país)
- Francia: departamentos de Haut-Rhin (Grabd Est) e l'Oise (Hauts-de-France)
- Alemaña: departamento de Heinsberg (Renania do Norte-Westfalia)
- China (todas as provincias, incluídos Hong Kong e Macao).
- Corea do Sur
- Xapón (illa de Hokkaidō)
- Singapur
- Irán

*Nota: Estes territorios poden variar, polo que sempre debe consultarse na web do Ministerio de Sanidade a última actualización.*

*(<https://www.mscbs.gob.es/profesionales/saludPublica/ccayes/alertasActual/nCov-China/areas.htm>)*

## RECOMENDACIÓNS XENÉRICAS

### Hixiene de mans e hixiene respiratoria

- Lavar as mans frecuentemente con auga e xabón ou utilizar unha solución hidroalcohólica.
- Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca se non se teñen as mans limpas.
- Practicar unha boa hixiene respiratoria. É dicir, ao tusir ou esbirrar, tapar a boca e o nariz cun pano de papel, que inmediatamente hai que desbotar nunha papeleira, ou facelo contra a flexura do cóbado. Despois de tocar as secrecións respiratorias (despois de esbirrar, de tusir ou de usar panos) e/ou obxectos contaminados, deberanse lavar ben as mans.

- De ter síntomas de infección respiratoria, como febre, tose, dificultade respiratoria ou dispnea, hai que afastarse doutras persoas e manterse a unha distancia de, polo menos, 2 metros.
- Non se lles recomenda usar máscara como medida de protección a aquelas persoas que non estean enfermas ou que se atopen nun centro sanitario de acordo coas recomendacións que se establezan. Ao contrario, isto pode ser contraproducente e xerar unha sensación de seguridade que non é certa e, ademais, a súa manipulación pode motivar máis risco por contacto con nariz, boca ou ollos.
- No caso das persoas máis fráxiles ou vulnerables, convén evitar, na medida do posible, espazos pechados cunha alta afluencia ou ocupación.

## SINTOMATOLOXÍA

Os síntomas máis comúns da enfermidade polo coronavirus (COVID-19) son **FEBRE, TOSE, DIFICULTADE RESPIRATORIA OU DISPNEA.**

## QUE SE DEBE FACER EN CASO DE TER SINTOMATOLOXÍA RESPIRATORIA

No caso de que chegase dunha viaxe ou de que estivese en contacto con persoas que veñan dunha área de risco e presente os síntomas descritos, recoméndase que **NON ACUDA DIRECTAMENTE AO HOSPITAL NIN AO CENTRO DE SAÚDE,** senón que **CONTACTE TELEFONICAMENTE CONNOSCO.**

## TELÉFONO DE INFORMACIÓN PARA A CIDADANÍA

- No caso de que teña algunha dúbida ou necesite información respecto aos aspectos asistenciais do novo coronavirus ou se padece unha sintomatoloxía leve, pode chamar ao teléfono

**900 400 116.**

- Aconséllase empregar o teléfono 061 con racionalidade e unicamente para situacións de emerxencia.

## QUE SE DEBE FACER CANDO SE PROCEDA DUNHA ZONA DE RISCO

Dado que non se pode excluír a posibilidade de que as persoas procedentes de áreas con evidencia de transmisión comunitaria estean infectadas, por responsabilidade con elas, coa súa familia e amigos e coa comunidade, pedímoslles que, nos seguintes 14 días da súa chegada, limiten a súa vida social o máximo posible, que eviten usar transportes colectivos e que non asistan a ningún tipo de reunión, agás que sexa estritamente imprescindible, incluso no caso de que non presenten síntomas.

Ademais, deben adoptar todas as medidas relativas á hixiene de mans e respiratoria que se están indicando para toda a poboación.

E importante que vixíen se presentan síntomas como febre, tose ou dificultade para respirar (dispnea) e que, ante a mínima sospeita, eviten estar en contacto próximo con outras persoas. Deben chamar ao **teléfono habilitado para o COVID-19, 900 400 116, e ter en conta que o teléfono 061 ha de utilizarse unicamente para situacións de emerxencia.**

## RECOMENDACIÓNS SOBRE VIAXES

Por precaución, recoméndase non viaxar ás zonas afectadas ou ás zonas de risco indicadas anteriormente.

En calquera caso, con carácter xeral, aconséllase evitar as viaxes que non sexan estritamente necesarias.

Os profesionais da Consellería de Sanidade e do Servizo Galego de Saúde estamos a traballar intensamente, co obxectivo de diminuír o risco de transmisión da enfermidade e de optimizar, na medida do posible, a atención sanitaria de toda a cidadanía galega.

## AXÚDANOS A FACELO MÁIS FÁCIL

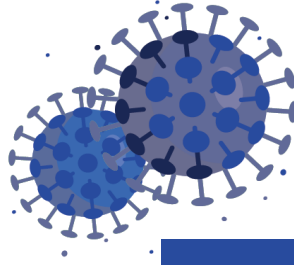
*Estas recomendacións adaptaranse, en todo caso, ás que se establezan no eido internacional ou nacional, en función da evolución da enfermidade.*

12 de marzo de 2020

# Que debes saber do novo coronavirus?

Os coronavirus son virus que **circulan entre os animais**.  
**Porén**, estes virus tamén poden afectar os humanos.

O novo coronavirus identificouse na China a finais de 2019 e é unha nova cepa que **non se vira antes nos seres humanos**.



Os **síntomas** máis comúns da enfermidade provocada polo coronavirus (COVID-19) son:

**FEBRE**



**TOSE**



**SENSACIÓN DE FALTA DE AIRE**



## Medidas para **protexernos** do coronavirus



**Lavar as mans** frecuentemente.



**Evitar tocar os ollos, o nariz e a boca.**



Ao tusir, **cubrir a boca cun pano desbotable** ou contra o brazo co **cóbado flexionado**.



En caso de ter síntomas respiratorios, **evitar o contacto próximo** con outras persoas.

**SE NOS 14 DÍAS DE CHEGAR DUNHA ÁREA DE RISCO OU DE TER UN CONTACTO ESTREITO CUN CASO CONFIRMADO**



**ÁREAS DE RISCO**

**SÍNTOMAS**



**NON ACUDIR** directamente ao hospital nin ao c. de saúde

**PARA INFORMACIÓN E SÍNTOMAS LEVES**

**CHAMAR AO 900 400 116**

**CONTACTAR SÓ TELEFONICAMENTE CO 061 NAS EMERXENCIAS E CASOS GRAVES**