

INDICACIONES PARA PREVENIR EL CORONAVIRUS EN COMUNIDADES INDÍGENAS DEL ECUADOR.



Con la revisión técnica de:



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
OFICINA REGIONAL PARA LAS
Américas

¿QUÉ ES EL CORONAVIRUS O COVID-19?

Es una enfermedad viral que causa problemas respiratorios, la cual se está propagando por todo el mundo y puede afectar a todas las personas. El virus no se ve a simple vista y puede estar en cualquier lugar.



1.

¿Cómo prevenir
la enfermedad
en la comunidad?

SI



Restringir la entrada y salida de personas del Territorio, considerando únicamente situaciones especiales como emergencias, atención médica o la entrada y salida de productos.



Los compañeros que lleguen de fuera deben aislarse en su casa por 14 días.
Pueden ir a la chacra, pero no pueden ir al pueblo.

NO



Las personas que presenten fiebre, síntomas de gripe, tos o dolor de garganta **NO** deben entrar al Territorio ni a las comunidades.



NO hacer fiestas, mingas, chichadas, asambleas, reuniones ni ningún otro evento que implique la concentración de personas de otras casas o familias.

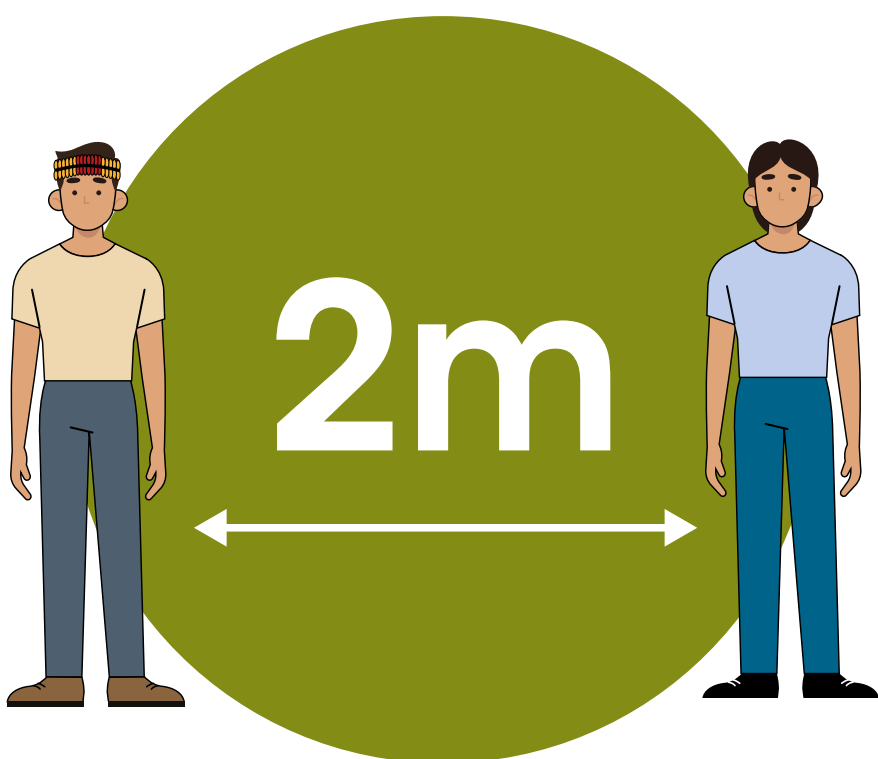
2.

¿Cómo evitar
contagiarse o
contagiar a otros?

SI



Dado que el virus no se ve,
Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón durante 60 segundos, o aplicar alcohol.



Mantener una distancia mínima de 2 metros con otras personas. Saludar de lejos, evitando el contacto físico.

SI



Al toser o estornudar,
cubrirse boca y nariz
CON EL ANTEBRAZO
o cubrirse con un pañuelo,
lavarlo constantemente
y lavarse las manos.



Si es posible, adentrarse en
las purinas, tambu o fincas
en la selva o el páramo.

NO



NO tocarse la cara, ojos, boca o nariz ya que por ahí ingresa el virus al cuerpo.
Si ha manipulado objetos que otros han cogido, lavarse inmediatamente las manos.



NO saludar con la mano ni de beso.
Salude de lejos y evite el contacto físico.

NO



NO compartir con nadie
cuchara, plato, vaso, pilchi, etc.



NO buscar ayuda donde
el curandero, yachak o tayta
de la comunidad, para no
contagiarlo.

Protejamos a nuestros ancianos
y portadores de sabiduría.

3.

¿Qué hacer si usted
u otra persona
presenta síntomas?

¿CUÁLES SON LOS SÍNTOMAS DEL COVID-19?



FIEBRE



TOS Y DOLOR DE GARGANTA



DIFICULTAD PARA RESPIRAR



Debemos buscar atención médica cuando la persona presente alguno de los siguientes síntomas:

FIEBRE ALTA QUE NO CEDE CON EL PARACETAMOL

FALTA DE AIRE Y NO PODER RESPIRAR

NO



**NO SALGA DE
SU CASA,
a menos que
sea para ser
atendido por
un médico.**

SI



Mantenerse aislado en una habitación ventilada hasta **14 DÍAS** después de haber presentado el último síntoma.



Descansar bien pero mantenerse en movimiento dentro de la casa para que los pulmones no pierdan su capacidad.

SI



LA PERSONA ENFERMA DEBE:

Usar obligatoriamente mascarilla, cubrebocas o pañuelo todo el tiempo.



LA PERSONA NO ENFERMA DEBE:

Usar mascarilla, cubrebocas o pañuelo de tela gruesa siempre que salga de su casa.

SI

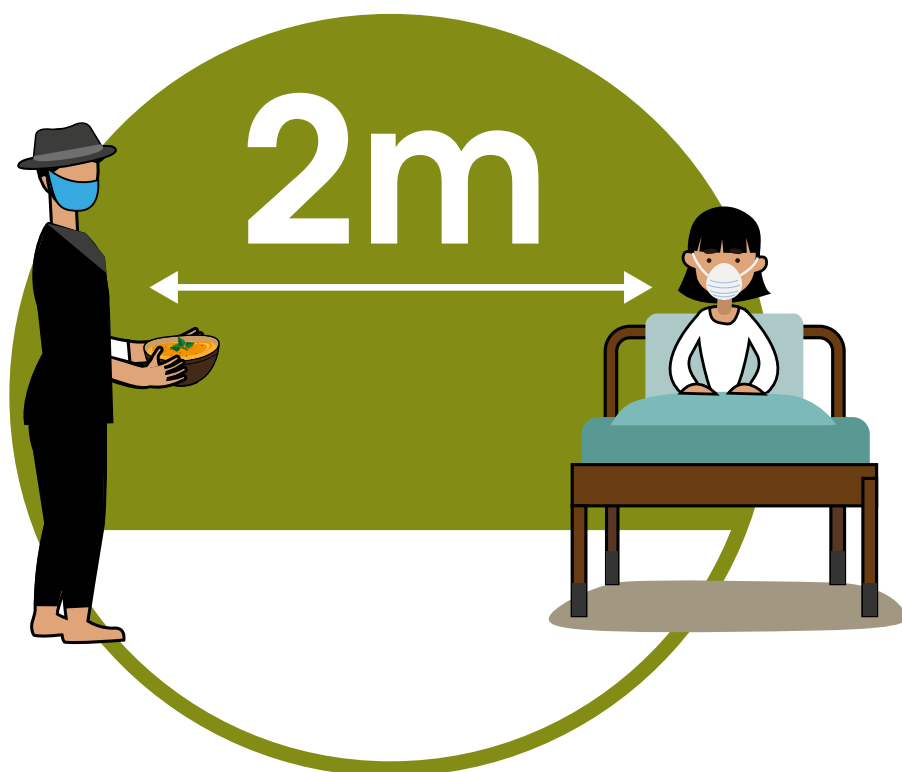


Beber muchos líquidos (agua).



Mantener la fiebre baja con paños de agua fría y/o con el uso de plantas medicinales.

SI



Mantenga una distancia de al menos de 2 metros al recibir o entregar comida.



Coloque su plato, cuchara y vaso en una olla con agua y jabón y dejar en remojo al terminar de comer.

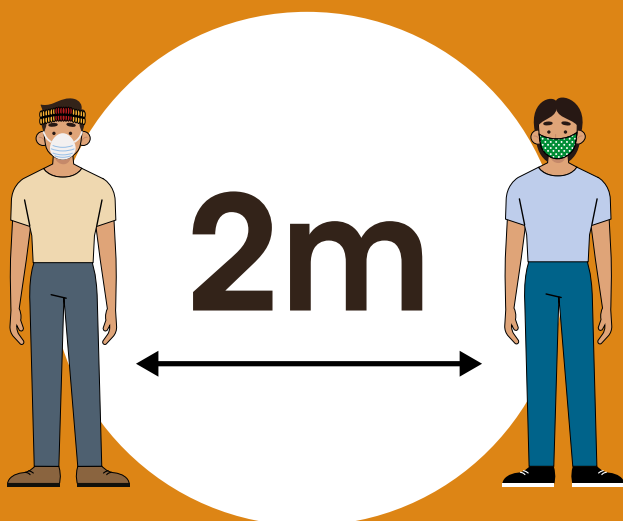
INDICACIONES PARA QUIENES ATIENDEN AL ENFERMO



Quien atiende al enfermo debe ser joven y tener buena salud.



Usar obligatoriamente mascarilla, cubrebocas o pañuelo y lentes o gafas



Mantener una distancia mínima de 2 metros con el enfermo.
Salvo casos en que la persona enferma no pueda alimentarse o moverse por sus propios medios.

INDICACIONES PARA QUIENES ATIENDEN AL ENFERMO



Desinfectar frecuentemente las superficies de la casa con agua y jabón o con alcohol.



Lavarse frecuentemente las manos con agua y jabón durante 60 segundos, o aplicar alcohol.



Bañarse después de atender al enfermo y lavar la ropa usada con abundante jabón.

SI



Desinfectar bien el inodoro
si es posible usando guantes.



Si no cuenta con un sistema de manejo de heces, **hacer un pozo en la tierra para defecar.** La orina y las heces del enfermo no deben contaminar el agua.

4.

¿Qué hacer si
alguien muere?

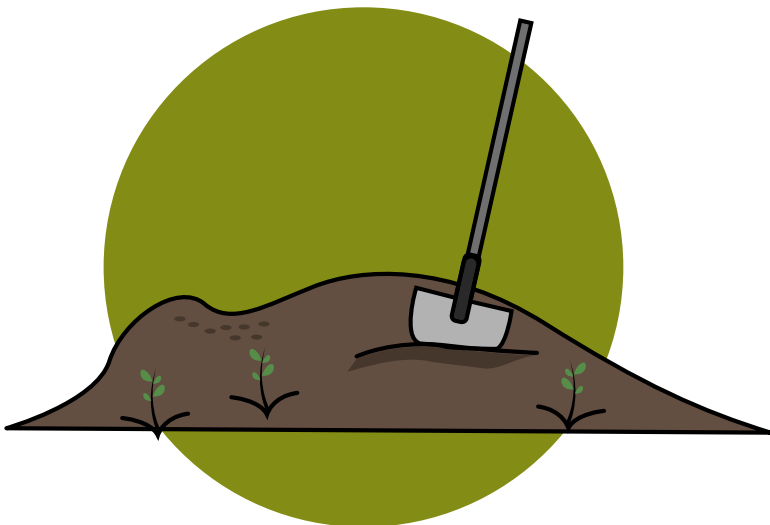
SI



La persona que manipule el cadáver debe **obligatoriamente utilizar mascarilla y guantes, y debe proteger su ropa con plásticos.**



Luego, debe desechar y enterrar la mascarilla y sumergir los guantes y la ropa en agua y jabón por varias horas; y bañarse inmediatamente con agua y jabón.



Enterrar el cuerpo en el sitio asignado **LEJOS de las fuentes de agua.**

NO



**NO
ORGANIZAR
VELORIO.**



**NO
TOCAR
EL CUERPO.**

¡PROTEJAMOS A NUESTRAS COMUNIDADES!

Elaborado por:



Con la revisión técnica de:



Organización
Panamericana
de la Salud



Organización
Mundial de la Salud
OFICINA REGIONAL PARA LAS
Américas

Con el apoyo de:



ASOCIACIÓN
INTI ANKA
TARIPAY



Fundación
Pachamama



MUJERES
AMAZÓNICAS



Organización
de las Naciones Unidas
para la Educación,
la Ciencia y la Cultura



Objetivos de
Desarrollo
Sostenible

Oficina en Quito
Representación para Bolivia,
Colombia, Ecuador y Venezuela

