

# Plan de acción para el hogar ante COVID-19

Centro de Rehabilitación Integral Jalisco, 2020.



Recuerda transmitir la información a todas y todos los miembros de tu familia.

## Al cuidarte tú, cuidas a otras personas.



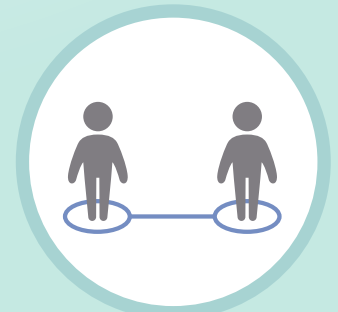
Ten mayor precaución, si en tu hogar viven adultas y adultos mayores.



El lavado de manos continúa siendo la principal herramienta de precaución.



Verifica que las personas que te visiten, hagan higiene de manos con agua y jabón o alcohol gel.



Mantener una distancia de entre 1.50 y 2.25 metros.

## ¿Qué es la dispersión comunitaria?

Es la aparición de personas contagiadas sin que éstas se encuentren asociadas a casos importados.

En esta etapa, las medidas de prevención deben aplicarse y se considera que el virus se encuentra presente en la población.

Básicamente quiere decir que las personas se contagian unas a otras, independientemente de que hayan salido o no del país.

En dicha fase se debe evitar el saludo de beso y abrazo, se suspenden los eventos masivos en espacios abiertos y cerrados como teatros, cines, parques, conciertos, estadios, plazas y playas.

Es importante quedarte en casa porque rompemos la cadena de transmisión del virus, es decir, evitamos enfermarnos y enfermar a otras personas, por lo tanto, el virus dejará de propagarse.

La trasmisión comunitaria puede durar algunas semanas, es por ello que te hacemos las siguientes recomendaciones para tu hogar y que estés preparada y preparado para prevenir el COVID-19.

La segunda fase es la dispersión comunitaria, en esta fase, los casos se cuentan por centenas y se pierde el origen de las infecciones. Aquí se verá transmisión de tercera y cuarta generación, así como brotes comunitarios. En este momento nos encontramos en dispersión comunitaria.

Lo más importante es protegerte a ti y a otras personas, interrumpiendo la cadena de transmisión y evitar que el virus llegue a más.



GOBIERNO DE MÉXICO

SALUD  
SECRETARÍA DE SALUD

SNDIF  
SISTEMA NACIONAL PARA  
EL DESARROLLO INTEGRAL  
DE LA FAMILIA