

# *Protocolo de atención para la Vigilancia de la infección por Coronavirus (COVID-19) en la comunidad Árbol de Vida.*

Como es de todos sabido estamos enfrentando una etapa importante en la infección por Coronavirus (COVID-19) en Costa Rica, y como Comunidad queremos proveerles de un protocolo para que responsablemente podamos ser parte de la prevención de esta enfermedad en nuestro país y familias.

No queremos generar “pánico desproporcional” queremos generar conciencia en todos ustedes en como desde nuestro lugar y actividades podemos ser parte de la reducción de este contagio.

Veamos esto como un signo de amor, respeto y responsabilidad para con todos.

## **Síntomas de Alerta:**

1. Fiebre mayor a 38 grados C.
2. Tos
3. Dificultad para respirar.
4. Dolor de cabeza.
5. Cansancio y debilidad.
6. Si las personas refieren que han estado en contacto con personas que fueron diagnosticadas como casos sospechosos, probables o confirmados de Coronavirus (2019-nCoV) o que han visitado las áreas de riesgo de transmisión de este virus con 14 días previos al inicio los síntomas supra indicados, deberán acudir al centro médico o EBAIS más cercano para hacerse la valoración médica respectiva.

## **Quienes son las personas más vulnerables**

1. Adultos mayores
2. Personas con problemas pulmonares, hipertensos, asma, diabetes.
3. Personas con enfermedades de inmunodeficiencia.
4. Personas con males cardiacos.
5. Personas con Insuficiencia renal

## **Recomendaciones para nuestras actividades**

1. **En general:** Tener mucho cuidado con los mensajes que circulan por redes sociales, evitar retransmitir mensajes, sobre todo si no conocen o confirman la fuente, tratemos de ser parte de no generar mayor ansiedad.
  - a. Buscar info en los medios oficiales y la página del Ministerio de Salud de Costa Rica.
2. Los animamos a que como familias puedan “generar” un protocolo y poner en práctica estas sugerencias para prevenir / disminuir el contagio, **ESPECIALMENTE en familias con personas vulnerables.**
3. Si tienen síntomas de gripe (**ver arriba Síntomas de Alerta**), por favor no vayan a ninguna actividad comunitaria: Asamblea General, Grupo Pastoral, Paseo, Encuentro comunitario, actividades de CEM o SHALOM. (*Por su propio bien y el de los hermanos*)
  - a. **Importante:** Mantenga informado a su RP, y considere de qué forma puede hacerse presente a los GPs (virtual-Skype-Video llamada, etc.) y estar al día con las enseñanzas dadas. Una vez más, apelamos a su compromiso y responsabilidad ante esta medida.
4. Si usted realizó un viaje (*sobre todo a áreas afectadas*) no exponerse asistiendo a actividades masivas, por lo menos durante las 3 semanas después de que regresó de su viaje.

5. Evite saludar de **mano, beso, abrazo**; pero sobre todo visitar personas que presentes síntomas de fiebre, tos y dificultad respiratoria.
  - a. **Importante: No tome personal esta medida, No se resienta si alguien no le da beso o le da la mano, todos queremos ser parte de la solución y disminución de la propagación de este virus.**
6. Lavase las manos frecuentemente con jabón anti-bacterial (por "lavado de manos" nos referimos al protocolo adecuado de 30 segundos bien hecho, no a un simple enjuague).
  - a. Correcto lavado de manos:
    - i. <https://youtu.be/nf82emEnbZU>
  - b. Protocolo estornudo:
    - i. <https://youtu.be/1JGl6FWtFfE>
7. Evite tocarse los **ojos, la boca o la nariz** innecesariamente.
  - a. El virus **sólo** puede ingresar por estos canales, disminuycamos las oportunidades de contagio.
8. Consuma abundantes líquidos en especial agua.
9. Al inicio de cada actividad comunitaria, les pedimos recordar a los (as) participantes la importancia de utilizar el protocolo de lavado de manos, estornudo y tos.
10. Si alguien se siente cómodo en traer su propio alcohol en gel, siéntase en la libertad de llevarlo a las actividades.
  - a. Recuerden que sólo un alcohol con una concentración del 65% o mayor es capaz de eliminar el virus.
11. Si realizan CADS en grupos mayores a los de su familia, no usen una misma copa para todos, servir un poco en vasos desechables y los instamos a usar utensilios y vajilla desechables en las actividades.
12. Toda persona que prepare alimentos para una actividad (CADS familiar, cena de grupo, etc) debe sentirse altamente responsable por su propia higiene de manos y es altamente recomendable que use cubrebocas cuando prepara los alimentos. Los alimentos calientes son preferibles sobre los fríos (es más probable que una persona asintomática transmita el virus por medio de una ensalada que por medio de una comida caliente)

### ***Que estamos haciendo como comunidad en el local de ADV y casa de CEM.***

1. Imprimir y tener expuesto en los baños la forma de estornudar, lavarse las manos y explicación de cuando lavarse las manos emitido por el Ministerio de Salud de Costa Rica.
2. Colocar papel higiénico suficiente en los baños y toallas de papel para el secado de manos.
3. Colocar Jabón anti-bacterial suficiente en los baños del local y oficina.
4. Garantizar la disponibilidad de suficientes basureros con tapa.
5. Estamos comprando un Tanque para almacenar agua suficiente para cuando no haya agua potable suministrada por el AYA.
  - a. En caso de que tengamos el aviso con tiempo de que no habrá agua en la zona, **estaremos cancelando la actividad comunitaria.**
6. Limpiar y desinfectar las áreas comunes (aulas, mesas, perillas de las puertas) y otras superficies de las instalaciones donde se realizan las actividades, antes e inmediatamente después de cada actividad.
7. Lanzando comunicados por sectores.
8. Estamos analizando el suspender algunas actividades de carácter más masivo.
  - a. Con esto iremos evaluando día a día la evolución a nivel país y estaremos tomando las medidas necesarias, según recomendación de los entes competentes, y estaremos informando por los medios acostumbrados a la comunidad (Whatsapp y mail)

9. Los equipos de servidores estarán más alertas en la atención y apoyo de estas medidas. Así mismo, si los hermanos identifican a alguien con algún síntoma de los ya mencionados, se les pedirá muy amablemente el que se regresen a sus casas a descansar. (les pedimos su comprensión ante esta medida, queremos proteger a todo el pueblo)
10. Mantener bien ventiladas las áreas comunes.
11. Interceder por la salud en nuestra familia, país y el mundo.

Finalmente , pongamos el amor por delante, tengamos en nuestra mente, que nuestro Señor, Dios y Rey del universo tiene el control de esta y todas las enfermedades, el Señor es fiel y nos protege, pero no nos expongamos, más bien seamos signo de responsabilidad y respeto ante los demás.

Isaías 41:10 Nueva Versión Internacional (NVI)

<sup>10</sup> Así que no temas, porque yo estoy contigo;  
no te angusties, porque yo soy tu Dios.  
Te fortaleceré y te ayudaré;  
te sostendré con mi diestra victoriosa.