

Aislamiento social, preventivo y obligatorio

El aislamiento social, preventivo y obligatorio es una medida excepcional que el Gobierno nacional adopta en un contexto crítico.

Con el fin de proteger la salud pública, todas las personas que habitan en el país o se encuentren en él en forma temporaria **deberán permanecer en sus domicilios habituales** o en donde se encontraban a las 00:00 horas del día 20 de marzo de 2020.

Hasta el 12 de abril inclusive, deberán abstenerse de concurrir a sus lugares de trabajo y no podrán circular por rutas, vías y espacios públicos.

Solo podrán realizar **desplazamientos mínimos e indispensables** para **aprovisionarse de artículos de limpieza, medicamentos y alimentos.**

Durante la vigencia del aislamiento no podrán realizarse eventos culturales, recreativos, deportivos, religiosos ni de ninguna otra índole que impliquen la concurrencia de personas.

También se suspende la apertura de locales, centros comerciales, establecimientos mayoristas y minoristas, y cualquier otro lugar que requiera la presencia de personas.

Reduciendo el contacto, se reducirán las posibilidades de contagio.

Al día **30/03/2020** se modifica la definición de caso sospechoso teniendo en cuenta que el paciente tenga un historial de viaje o **RESIDENCIA EN ZONAS DE TRANSMISIÓN LOCAL (Ya sea comunitaria o por conglomerados) DE COVID-19 EN ARGENTINA.**

Definición de caso

Caso sospechoso

DEFINICIÓN DE CASO SOSPECHOSO COVID-19 | 30 DE MARZO 2020

TODA PERSONA QUE PRESENTE

Fiebre y uno o más síntomas respiratorios

- Tos
- Odinofagia
- Dificultad respiratoria

sin otra etiología que explique completamente la presentación clínica

Y

En los últimos 14 días

Haya estado en contacto con casos confirmados de COVID-19

Ó

Tenga un historial de **viaje fuera del país**

Ó

Tenga un historial de **viaje o residencia en zonas de transmisión local** (ya sea comunitaria o por conglomerados) **de COVID-19 en Argentina**

También debe considerarse caso sospechoso de COVID-19

Todo paciente con diagnóstico clínico y radiológico de neumonía sin otra etiología que explique el cuadro clínico.

Todo personal de salud que presente fiebre y uno o más síntomas respiratorios (tos, odinofagia, dificultad respiratoria)

Zonas definidas con transmisión local en Argentina

- Ciudad Autónoma de Buenos Aires y área Metropolitana de Buenos Aires
- Provincia de Chaco
- Provincia de Santa Fé
- En Córdoba: Ciudad de Córdoba – Alta Gracia – Río Cuarto
- En Tierra del Fuego: Ushuaia

Pautas a seguir durante el aislamiento

Para cuidarnos entre todos, es importante que respetemos las siguientes indicaciones:

- Que todo el grupo familiar o conviviente permanezca en el domicilio todos los días.
- Mantené 1 metro de distancia con otras personas.
- Evitá transitar en la vía pública, salvo para hacer compras imprescindibles (alimentos, medicación y artículos de limpieza) o por cuestiones de salud.
- No recibas ni hagas visitas.

- Lavate frecuentemente las manos con agua y jabón o con alcohol en gel .
- Si vas a toser o estornudar, cubrite nariz y boca con el pliegue interno del codo, o usá pañuelo descartable y tiralo inmediatamente en un cesto de residuos.
- Ventilá adecuadamente los ambientes.
- No compartas mate, vajilla ni demás objetos de uso personal. Limpialos con agua y detergente después de cada uso.
- Limpiá y desinfectá superficies y objetos de uso frecuente (mesas, mesadas, sillas y otros utilizados diariamente) de la siguiente manera:

- Lavá con una solución de agua y detergente.
- Enjuagá con agua limpia.
- Desinfectá con una solución de 10 ml (2 cucharadas soperas) de lavandina de uso comercial en 1 litros de agua

- Las personas mayores de 60 años, embarazadas o quienes están dentro de los grupos de riesgo no deben convivir con quienes volvieron de zonas afectadas.
- Ante la presencia de síntomas (fiebre de 38° acompañada de tos, dolor de garganta, cansancio o falta de aire), [comunicáte telefónicamente y de inmediato con el servicio de salud de tu jurisdicción.](#)
- Es importante cuidar especialmente a las personas mayores de 60, mujeres embarazadas y quienes tengan afecciones crónicas (enfermedad cardiovascular, diabetes y enfermedad respiratoria crónica, entre otras).
- En la medida de lo posible, delegá la realización de mandados o compra de medicamentos a personas de confianza o del entorno familiar que no pertenezcan a los grupos de riesgo.

Cuidarte es cuidarnos

Si tenés que salir de casa, seguí estas recomendaciones

Al momento de ir a la farmacia o hacer compras de primera necesidad

- Pueden ir **quienes no presenten síntomas** (fiebre de 38° acompañada de tos, dolor de garganta, cansancio o falta de aire).
- Siempre que se pueda, **deben quedarse en casa** las personas mayores de 60 años, mujeres embarazadas y quienes tienen afecciones crónicas.
- Solo debe salir **una persona**.
- **Preguntá a tus vecinos si necesitan algún producto**. Podés dejarlos en la puerta de su casa.

En el comercio

- **Mantené una distancia de 1 metro** de los demás y evitá los lugares con muchas personas.
- **Evitá tocarte la cara**.
- **Si vas a toser o estornudar**, hacelo en el pliegue del codo.
- **No toques los productos** si no es necesario. Pensar de antemano qué se necesita comprar.
- **Comprá cantidades razonables**, sin exagerar: **seamos considerados con los demás**.
- De ser posible, **pagá con tarjeta**.

¿Cómo cuidarnos al regresar a casa?

- Al volver a casa, **tratá no tocar nada antes de lavarte bien las manos**.

- Dejá en la entrada bolsos, cartera, llaves, abrigo, etc.
- **Desinfectá el celular, anteojos, abrigos** u otros con alcohol al 70% (por ejemplo, en un rociador, 7 partes de alcohol con 3 partes de agua destilada o hervida)

Actuemos con solidaridad, siendo **respetuosos** y **amables** con todos los demás.

Tené en cuenta que **el objetivo es frenar el contacto con el virus**.

Cuidarte es cuidarnos.

Para sacar al perro

Te acercamos una serie de recomendaciones importantes para cuidar la salud de tu mascota, la tuya y la de todos durante el período de aislamiento social, preventivo y obligatorio

- Las mascotas pueden ser sacadas afuera (no a pasear) solo por una persona.
- La distancia de recorrida durante la salida debe ser la mínima posible, en las inmediaciones de la casa.
- Se debe llevar lavandina para echar sobre la orina y sobre el lugar en el que se recogieron las heces del animal.
- Durante la salida se deben guardar las medidas de distanciamiento social y respetar las pautas de higiene recomendadas para las personas.
- Al regresar, es necesario desinfectar las patas de las mascotas, con agua y jabón, y luego lavarse bien las manos y cambiarse la ropa.
- Las salidas deben hacerse a la mañana temprano y a la noche.

