

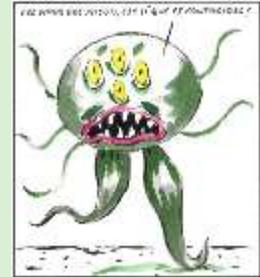
DE LA CUARENTENA OBLIGATORIA AL CONFINAMIENTO SELECTIVO: UNA MAYOR RESPONSABILIDAD INDIVIDUAL Y SOCIAL

En este momento de cambios constantes, es importante que tengamos en cuenta que a partir del 1º de septiembre del presente año, se sobreviene otro cambio, donde tendremos que asumir con mayor responsabilidad y autonomía el autocuidado, el cuidado de nuestros seres queridos (familia) y el cuidado de quienes nos rodean socialmente. Téngase muy en cuenta que la transición de la cuarentena obligatoria al confinamiento selectivo no es una disposición adoptada a partir de que haya disminución en el riesgo de contagio por covid-19, ni obedece a razones médicas, sino a la necesidad de reactivar la economía, lo que obliga al restablecimiento la dinámica social, con todos los riesgos que ello implica para la salud pública. Por estas razones se considera importante, seguir las siguientes recomendaciones:



1. Tomar decisiones concertadas en familia, pues hoy como nunca el comportamiento social de un miembro de la familia, va a afectar al resto del sistema familiar. Si no lo haces por ti, hazlo por tus seres queridos.

2. Actuar con prudencia, el desbordamiento después de haber estado en confinamiento obligatorio durante 4 meses, resulta seductor y muy atractivo, pero en el momento no hay nada para celebrar y sí mucho para cuidar. Los riesgos siguen siendo los mismos.



3. Sal a la calle solo cuando sea estrictamente necesario, no busques excusas para permanecer por fuera más del tiempo necesario.



4. Mantente informado sobre la evolución del contagio por covid-19, el número de camas disponibles en hospitalización y en UCI, tal vez sea una de las estrategias que nos ayudaran a mantener un comportamiento sensato a nivel de prevención.



5. Cumple estrictamente con las normas de bioseguridad, tanto en la calle como dentro de casa, hoy más que nunca las vamos a necesitar.

No asistas a sitios concurridos, donde haya amplias aglomeraciones de gente.

Continúa usando el tapabocas, con la debida manipulación de este.

Mantén el distanciamiento social riguroso, dos metros, mide con tus brazos abiertos y dando una vuelta en círculo.

Continúa con la desinfección y lavado de manos frecuente. Escucha los programas donde nos suministren indicaciones médicas para el cuidado.

Cumple cuidadosamente con el protocolo de salida y de ingreso a casa.

UNA BUENA DOSIS DE AMOR PROPIO, EL RECONOCIMIENTO Y VALORACION DEL OTRO SON LAS CLAVES DE NUESTRA SOBRE VIVIENCIA.