

“

SOMOS PERSONAS ACOMPAÑANDO A PERSONAS

Con el apoyo:



MÁS INFORMACIÓN

Asociación Española de Fundaciones Tutelares
C/ Aviador Zorita 13. Planta 2, oficina 208.
28020, Madrid.
info@fundacionestutelares.org - 915 71 87 30
www.fundacionestutelares.org

VOLUNTARIADO TUTELAR

RECOMENDACIONES
ANTE EL COVID-19

Asociación Española de
Fundaciones Tutelares

¿Qué es? El SARS-Cov-2: es un nuevo tipo de coronavirus que afecta a las personas produciendo la enfermedad COVID-19. Todavía no existen tratamientos específicos o vacunas, pero sí medidas a tener en cuenta.

¿Cómo se transmite? Mediante un contacto estrecho con secreciones respiratorias generadas mediante la tos o el estornudo de una persona que ya padezca la enfermedad, siempre y cuando entren en contacto con nariz, ojos o boca.

¿Cuáles son los síntomas de Covid-19?

Leves: fiebre y tos

Graves: sensación de falta de aire y en los casos más graves, la infección puede causar neumonía, insuficiencia respiratoria e incluso el fallecimiento. También existen otros síntomas como diarrea, pérdida de gusto u olfato.

Colectivos de riesgo: personas de edad avanzada o que padezcan enfermedades crónicas.

Medidas de prevención:

- Lavado de manos frecuente.
- Cobertura de boca y nariz con el codo flexionado al toser o estornudar.
- Distanciamiento de 1 a 2 metros entre personas.
- Evitar tocar ojos, nariz y boca.
- Uso obligatorio de mascarilla para personas mayores de 6 años, salvo excepciones, como personas con problemas respiratorios o personas con discapacidad o dependencia con alteraciones de conducta que hagan inviable su utilización.

Uso correcto de las mascarillas:

- Antes de ponerte una mascarilla, lávate las manos con agua y jabón.
- Cúbrete la boca y la nariz con la mascarilla y asegúrate de que no haya espacios entre tu cara y la máscara.
- Evita tocar la mascarilla mientras la usas; si lo haces, lávate las manos con un desinfectante a base de alcohol o con agua y jabón.
- Cámbiate de mascarilla tan pronto como esté húmeda y no reutilices las mascarillas de un solo uso.
- Para quitarte la mascarilla: hazlo por detrás (no toques la parte delantera de la mascarilla); deséchala inmediatamente en un recipiente cerrado y lávate las manos.

¿Cómo actuar ante la presentación de síntomas?

- Si el cuadro clínico se ha resuelto: auto-aislamiento en la vivienda (14 días).
- Si persisten síntomas como tos o fiebre: contactar con teléfono habilitado en la Comunidad Autónoma.
- Si hay empeoramiento (falta de control sobre la fiebre o aparición de sensación de falta de aire): contactar con el 112.

Referencias: MSCBS, OMS, Cruz Roja.

ALTERNATIVAS TRAS EL CONFINAMIENTO

El Voluntariado Tutelar se caracteriza por la vinculación estrecha entre la persona voluntaria y la persona apoyada por las Fundaciones Tutelares. Por ello, cobra especial importancia el riguroso cumplimiento de las pautas tras el confinamiento.

¿CÓMO PODEMOS CONTRIBUIR?

Por parte de las Fundaciones Tutelares: En cumplimiento de la Ley 45/2015, de 14 de octubre, de Voluntariado: Facilitar tanto EPIs como formación al Voluntariado Tutelar para que tengan herramientas para realizar su labor con seguridad.

Por parte del Voluntariado Tutelar:

- Cumplir las pautas facilitadas por tu entidad de referencia para el desarrollo de tu labor con seguridad para todas las personas.
- Desarrollar la acción voluntaria en espacios abiertos.
- Promover paseos terapéuticos -en caso de ser necesarios-.
- Evitar el contacto con superficies de uso frecuente (pomos, interruptores, botones de ascensor, teléfono, grifos, etc.)
- Realizar ejercicios de apoyo y reflexión, en relación con sus vivencias ante esta experiencia, reforzando las fortalezas adquiridas.