

# VECIN@S Y PROFESIONALES DE LA SANIDAD UNID@S CONTRA LA COVID19

*Consejos de nuestros Centros de Salud*

1. Prevenir en todo momento los contagios, evitando estar **a menos de 2 metros** de otra persona durante **más de 15'**, siempre con  **mascarilla, e hidrogel** en las manos con frecuencia. Incluyendo las reuniones familiares.
2. Los centros de salud priorizan la **consulta telefónica** para prevenir los contagios y poder atender sin riesgo a personas con enfermedades crónicas en las que la COVID19 puede ser más grave o incluso mortal.
3. Detectar precozmente la infección y las personas con riesgo de enfermedad grave se hace **en los centros de salud**, así como **las pruebas diagnósticas** a personas con síntomas que pueden ser de COVID19. Esto supone a veces **esperar un rato a la entrada** guardando la distancia de seguridad. Si al llegar o durante la espera presenta **síntomas graves**, acérquese inmediatamente al mostrador.
4. Una prueba diagnóstica (**PCR** o ahora también **test rápidos de antígenos**) está indicada cuando se tienen **síntomas de COVID19**, e implica hacer el tiempo de cuarentena que le indique el profesional sanitario.
5. Cuando una prueba diagnóstica es **positiva**, hay que identificar a todos los **contactos estrechos** de dicha persona, y que guarden **cuarentena durante 10 días**. Si tuvieran problemas para hacer la cuarentena, hay que comunicarlo al profesional que le informa de su diagnóstico. Hay que contactar con el centro de salud si se inician **síntomas durante la cuarentena**.
6. **No es necesario repetir** la prueba **PCR** o el **test rápido de antígenos** al acabar la cuarentena si no se han tenido síntomas o se lleva ya 3 días sin síntomas y han pasado 10 días al menos desde su inicio.
7. Acudir a las urgencias hospitalarias solo por **patologías urgentes**, no a hacer PCR por contacto supuestamente estrecho en ningún caso. Las personas con **síntomas de COVID19 grave** serán derivadas a las urgencias hospitalarias por los centros de salud o el SUMMA 112 cuando los centros están cerrados.
8. Acudir a los **centros sanitarios** siempre con mascarilla higiénica, y allí se les proporcionará **mascarilla quirúrgica** y lavado con **hidrogel**. A la entrada habrá siempre un **Triage** que les preguntará por síntomas COVID19 y por el motivo de su consulta.
9. La única forma de **vencer la pandemia** es la cooperación entre toda la comunidad de la ciudad, entre sus asociaciones y organizaciones, las instituciones, las personas y I@s profesionales de la sanidad pública.

Junt@s y unid@s seguro que lo conseguiremos.